

**KORELASI ANTARA TINGKAT STRES TERHADAP  
KEJADIAN MUNCULNYA IDE BUNUH DIRI PADA SISWA  
SMA X DI KABUPATEN BANYUMAS**

**CORRELATION BETWEEN THE LEVEL OF STRESS WITH  
THE EMERGENCE OF SUICIDE IDEATION IN SMA "X"  
STUDENTS IN BANYUMAS REGENCY**

**Nurul Salma Yasyfi<sup>\*1</sup>, Diah Woro Dwi Lestari<sup>2</sup>, Nurlaela<sup>3</sup>, Hilma  
Paramitha<sup>4</sup>**

<sup>1</sup>*Mahasiswa Program Studi S1, Fakultas Kedokteran, Universitas Jenderal  
Soedirman*

*Jl. Dr. Gumbreg No. 1 Mersi, Purwokerto Timur*

<sup>2</sup>*Departemen Bioetik, Fakultas Kedokteran, Universitas Jenderal Soedirman  
Jl. Dr. Gumbreg No. 1 Mersi, Purwokerto Timur*

<sup>3</sup>*Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas  
Jenderal Soedirman*

*Jl. Dr. Gumbreg No. 1 Mersi, Purwokerto Timur*

<sup>4</sup>*Departemen Ilmu Kesehatan Jiwa, Fakultas Kedokteran, Universitas Jenderal  
Soedirman dan Rumah Sakit Umum Daerah Banyumas  
Jl. Dr. Gumbreg No. 1 Mersi, Purwokerto Timur*

**ABSTRAK**

Remaja merupakan suatu periode transisi dari masa awal anak-anak hingga dewasa yang memiliki peranan penting di masa depan. Dalam menjalani tugas perkembangannya, remaja akan mengalami berbagai macam permasalahan. Banyaknya tekanan yang dialami remaja dapat membuat remaja memiliki tingkat stres yang tinggi dan memungkinkan remaja untuk memiliki ide bunuh diri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui korelasi tingkat stres terhadap kejadian munculnya ide bunuh diri pada siswa SMA X di Kabupaten Banyumas. Penelitian ini menggunakan metode penelitian analitik observasional dengan desain penelitian *cross sectional*. Teknik sampling menggunakan *total sampling* dan sampel penelitian ini berjumlah 205 siswa. Tingkat stres dan kemunculan ide bunuh diri diukur menggunakan kuesioner. Uji *Spearman* digunakan untuk mencari korelasi antar variabel. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan tingkat stres responden secara umum berkategori normal. Tidak didapatkan adanya kemunculan ide bunuh diri pada siswa SMA X di Kabupaten Banyumas. Hasil uji statistik menggunakan uji *Spearman* didapatkan hasil yang signifikan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara tingkat stres dengan kejadian munculnya ide bunuh diri dan arah hubungan positif. Terdapat korelasi positif antara tingkat stres terhadap munculnya ide bunuh diri pada siswa SMA X di Kabupaten Banyumas. Remaja disarankan lebih mampu bersikap kritis terutama ketika menghadapi

permasalahan.

**Kata kunci:** ide bunuh diri, siswa SMA, tingkat stres

### ABSTRACT

Adolescence is a transitional period from early childhood to adulthood which has an important role in the future. In carrying out their developmental tasks, adolescents will experience various kinds of problems. The amount of pressure experienced by adolescents could make adolescents have high levels of stress and allow adolescents to have suicidal thoughts. The purpose of this study was to determine the correlation between stress levels and the emergence of suicide ideation among SMA X students in Banyumas Regency. This study used an observational analytic research method with a cross sectional research design. Total sampling was used as the sampling technique with 205 students as samples. The level of stress and the emergence of suicide ideation were measured using a questionnaire. The Spearman test was used to find the correlation between variables. Based on the research results, it was found that the respondents' stress level was generally categorized as normal. There was no the emergence of suicide ideation among SMA X students in Banyumas Regency. The results of statistical tests using the Spearman test obtained significant results. The results of this study indicate that there was a correlation between the level of stress and the emergence of suicide ideation and the direction of the positive relationship. There was a positive correlation between the level of stress and the emergence of suicide ideation in SMA X students in Banyumas Regency. Adolescent are advised to be more able to be critical, especially when facing problems.

**Keywords:** secondary school student, stress level, the emergence of suicide ideation

---

#### *Penulis korespondensi:*

Nurul Salma Yasyfi,  
Fakultas Kedokteran, Universitas Jenderal Soedirman,  
Jl. Dr. Gumbreg No. 1 Mersi, Purwokerto Timur.  
Email: nurul.yasyfi@mhs.unsoed.ac.id

## **PENDAHULUAN**

World Health Organization (WHO) (2014) mengungkapkan bahwa remaja merupakan suatu periode transisi dari masa awal anak-anak hingga masa awal dewasa. Periode ini terjadi pada usia kira kira 12 tahun dan berakhir pada usia 18 tahun hingga 22 tahun. Remaja memiliki status emosional yang masih terlihat belum jelas, antara perilaku yang sudah matang dengan perilaku seperti anak-anak (Wong *et al.*, 2008). Terdapat berbagai macam permasalahan yang akan dialami remaja dalam menjalani tugas perkembangannya. Permasalahan tersebut dapat berdampak pada munculnya perasaan tidak aman, cemas, dan depresi yang kemudian dapat memunculkan ide bunuh diri (Hall, 1904).

Bunuh diri merupakan salah satu penyebab kematian yang terus meningkat di seluruh dunia. Berdasarkan laporan WHO (2017) menyebutkan bahwa setiap tahun sebanyak 800.000 orang meninggal dunia akibat bunuh diri atau setiap 40 detik ada satu orang yang meninggal dunia karena bunuh diri. Banyak faktor yang berkaitan dengan fenomena bunuh diri (percobaan bunuh diri, menyakiti diri, rencana, ancaman, dan ide bunuh diri) khususnya pada remaja. Faktor-faktor tersebut antara lain: depresi, dimana sebagian besar remaja yang memiliki ide bunuh diri merasa tertekan dan memenuhi kriteria diagnosis depresi, keputusan, pikiran negatif, serta harga diri rendah dapat menambah risiko untuk melakukan ide bunuh diri (Pratiwi dan Anna, 2014). Faktor lain yang berpengaruh dalam ide bunuh diri pada remaja adalah kecemasan, stres, ketidakberdayaan, dan penyalagunaan napza (Aulia *et al.*, 2020).

Bunuh diri sendiri di dalamnya terdapat tahapan ide bunuh diri (Captain, 2008). Istilah ide bunuh diri mengacu pada pemikiran bahwa hidup ini tidak layak dijalani, mulai dari intensitas pikiran yang hanya sekilas sampai yang secara nyata dipikirkan dengan baik mengenai rencana untuk membunuh diri sendiri, atau obsesi yang lengkap dengan merusak diri sendiri. Pikiran ini tidak jarang terjadi pada anak muda (Pratiwi dan Anna, 2014).

Anniko *et al.* (2019) mengatakan bahwa prevalensi stres pada remaja cenderung meningkat selama beberapa dekade terakhir. Terutama anak perempuan pada remaja pertengahan hingga akhir dilaporkan memiliki tingkat stres yang tinggi dan gejala terkait stres seperti kecemasan, gejala depresi, kesulitan tidur dan

keluhan somatik. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Li *et al.* (2017), terdapat sekitar 30% remaja melaporkan sedih atau tertekan hingga mengganggu kegiatan sehari-hari mereka. Penelitian yang dilakukan Juon, Nam, dan Ensminger (dalam Ang dan Huan, 2006) menunjukkan bahwa pelajar di Korea Selatan memiliki tingkat stres yang tinggi terkait dengan prestasi akademik sehingga cenderung memiliki pikiran untuk melakukan bunuh diri.

Berdasarkan literatur-literatur tersebut, ide bunuh diri pada remaja dapat dihubungkan dengan stres yang dialami oleh remaja. Banyaknya tekanan yang dialami remaja dapat membuat remaja memiliki tingkat stres yang tinggi dan memungkinkan remaja untuk memiliki ide bunuh diri. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti korelasi antara tingkat stres dengan kejadian munculnya ide bunuh diri pada siswa SMA. Selain itu, penelitian ini penting dilakukan karena minimnya penelitian yang dilakukan di Indonesia mengenai tingkat stres dengan ide bunuh diri pada remaja.

## METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian yang digunakan adalah analitik observasional dengan rancangan penelitian *cross sectional*, untuk mengetahui korelasi antara tingkat stres terhadap kejadian munculnya ide bunuh diri pada siswa SMA X di Kabupaten Banyumas. Pengambilan sampel menggunakan metode *total sampling* yaitu mengambil keseluruhan jumlah responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi pada penelitian ini berjumlah 205 responden.

Data yang digunakan pada penelitian ini adalah data primer dan sekunder. Data primer yang didapatkan dari hasil kuesioner *Lie-Score Minnesota Multiphase Personality Inventory* (L-MMPI), *Depression Anxiety Stress Scales 21* (DASS 21), dan *Beck's Scale of Suicide Ideation* (BSSI). Skala data yang digunakan untuk tingkat stress dan ide bunuh diri adalah skala numerik.

Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat yang diolah menggunakan program SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*). Analisis univariat dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui karakteristik responden berdasarkan usia dan jenis kelamin. Analisis bivariat pada penelitian ini menggunakan uji *Spearman*.

### Jalannya Penelitian

#### 1. Tahap Pelaksanaan Penelitian

- a. Melakukan perizinan kepada kepala sekolah SMA X di Kabupaten Banyumas untuk melakukan penelitian
- b. Memberikan informed consent kepada responden melalui *google form*
- c. Melakukan pengumpulan data primer dengan memberikan kuesioner L-MMPI, DASS 21 dan BSSI melalui *google form*.

#### 2. Tahap Pengolahan dan Analisis Data

Data yang diperoleh akan dikumpulkan dan ditabulasi ke dalam tabel untuk dianalisis dengan menggunakan SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*).

### Analisis Data

#### 1. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi jumlah masing-masing variabel, baik variabel bebas dan variabel terikat. Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan perhitungan statistik sederhana yaitu presentasi dan proporsi. Pada umumnya analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan presentase dari setiap variabel (Notoatmodjo, 2012). Analisis univariat dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui karakteristik responden berdasarkan tingkat stres dan ide bunuh diri.

#### 2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengidentifikasi apakah terdapat korelasi antara tingkat stres dengan kejadian munculnya ide bunuh diri. Uji normalitas data menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov*. Pada penelitian ini, analisis bivariat yang dapat dilakukan dengan menggunakan *Pearson* untuk variabel numerik dengan numerik, dengan syarat distribusi data harus normal, namun jika tidak memenuhi syarat maka diupayakan melakukan transformasi data agar terdistribusi normal, tetapi jika data hasil transformasi tidak normal, maka digunakan uji alternatif *Spearman* (Dahlan, 2010).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### 1. Analisis Univariat

**Tabel 4.1** Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia

	Frekuensi (n=205)	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	48	23,4
Perempuan	157	76,6
Usia		
15 tahun	9	4,4
16 tahun	99	48,3
17 tahun	91	44,4
18 tahun	6	2,9

Pada Tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 205 responden penelitian pada siswa SMA X di Kabupaten Banyumas, responden perempuan lebih banyak daripada responden laki-laki. Responden perempuan memiliki presentase 76,6% (157 orang) dan responden laki-laki dengan presentase 23,4% (48 orang). Sehingga, dapat dikatakan bahwa perbandingan antara responden responden perempuan dan responden laki-laki tidak seimbang.

Dari data Tabel 4.1, memperlihatkan bahwa usia responden paling banyak yaitu usia 16 tahun sebanyak 48,3% (99 orang) dari 205 responden. Kemudian, diikuti oleh responden dengan usia 17 tahun sebanyak 44,4% (91 orang) dan responden dengan usia 15 tahun sebanyak 4,4% (9 orang). Sedangkan, usia responden dengan jumlah terendah adalah 18 tahun yaitu sebanyak 2,9% (6 orang).

**Tabel 4.2** Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Stres dan Ide Bunuh Diri

	Min	Max	Mean $\pm$ SD
Tingkat Stres	1	20	8,68 $\pm$ 3.784
Ide Bunuh Diri	0	7	1,05 $\pm$ 1.448

**Tabel 4.3** Kategori Tingkat Stres dan Ide Bunuh Diri

	Frekuensi	Presentase (%)
Tingkat Stres		
Normal	84	41
Ringan	46	22.4
Sedang	44	21.5
Berat	21	10.2
Sangat Berat	10	4.9
Ide Bunuh Diri		
Ada	0	0
Tidak ada	205	100

Pada Tabel 4.2, dapat diketahui bahwa nilai rata-rata dari tingkat stres adalah 8,68 dengan standar deviasi 3,784, nilai minimum yaitu 1, dan nilai maksimum yaitu 20. Sedangkan, pada Tabel 4.3 membagi tingkat stres ke dalam lima kategori, yaitu tingkat stres normal, ringan, sedang, berat, dan sangat berat. Hasil penelitian menyatakan bahwa sebagian besar responden berada dalam tingkat stres normal yaitu 41% (84 orang), stres ringan sebanyak 22,4% (46 orang), stres sedang sebanyak 21,5% (44 orang), dan stres berat sebanyak 10,2% (21 orang). Sementara itu, tingkat stres dengan jumlah terendah adalah stres sangat berat yaitu sebanyak 4,9% (10 orang).

Pada Tabel 4.2 menunjukkan bahwa nilai rata-rata dari ide bunuh diri adalah 1,05 dengan standar deviasi 1,448, nilai minimum yaitu 0, dan nilai maksimum yaitu 7. Sementara itu, tidak ditemukan responden dengan kemunculan ide bunuh diri (100%).

## 2. Analisis Bivariat

### a. Uji Normalitas

**Tabel 4.4** Hasil Uji Normalitas

#### Test of Normality

	Kolmogorov-smirnov		Sig.
	Statistic	df	
Tingkat Stres	0.100	205	0.000
Ide Bunuh Diri	0.250	205	0.000

Hasil uji normalitas data menunjukkan bahwa seluruh variabel berdistribusi tidak normal dengan nilai  $p$  lebih kecil dari 0,05 ( $p < 0,05$ ). Karena data terdistribusi secara tidak normal maka syarat uji *Pearson* tidak terpenuhi. Sehingga, penelitian ini menggunakan teknik korelasi nonparametrik dengan uji korelasi *Spearman*.

b. Uji Hipotesis

**Tabel 4.5** Hasil Uji Hipotesis  
Correlations

			Tingkat Stres	Ide Bunuh Diri
Spearman's rho	Tingkat Stres	Correlation Coefficient	1.000	.167
		Sig. (2-tailed)	.	.017
		N	205	205
	Ide Bunuh Diri	Correlation Coefficient	.167	1.000
		Sig. (2-tailed)	.017	.
		N	205	205

Analisis korelasi antara tingkat stres terhadap kejadian munculnya ide bunuh diri dengan menggunakan uji *Spearman* memperoleh nilai  $p = 0,017$  ( $p < 0,05$ ). Maka dapat diketahui bahwa terdapat korelasi antara tingkat stres terhadap kejadian munculnya ide bunuh diri pada siswa SMA X di Kabupaten Banyumas.

## PEMBAHASAN

Hasil analisis korelasi antara tingkat stres terhadap kejadian munculnya ide bunuh diri dengan uji *Spearman* didapatkan nilai  $p = 0,017$  yang nilainya lebih kecil dari  $0,05$  ( $p < 0,05$ ). Dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang bermakna secara statistik antara tingkat stres terhadap kejadian munculnya ide bunuh diri pada siswa SMA X di Kabupaten Banyumas. Nilai koefisien korelasi didapatkan hasil  $0,167$  yang menunjukkan bahwa kekuatan korelasi secara statistik adalah sangat lemah dan bernilai positif. Pada penelitian ini arah hubungan bernilai positif yang menunjukkan semakin tinggi tingkat stres maka semakin tinggi risiko munculnya ide bunuh diri.

Penelitian lain yang dilakukan di Indonesia (Bali) dan di India menunjukkan hasil yang sama. Hasil penelitian Kusumayanti *et al.* (2020) yang dilakukan pada siswa SMA dan SMK di Bangli dan Klungkung didapatkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara stres dengan risiko bunuh diri dan memiliki arah hubungan yang positif. Hal serupa ditemukan pada Khan *et al* pada tahun 2016 bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dan ide bunuh diri pada siswa di India.

Hasil penelitian ini dan penelitian-penelitian tersebut memiliki hasil yang sama. Hal ini dapat terjadi dikarenakan stres berpengaruh terhadap kondisi



psikologis siswa. Banyak faktor yang mempengaruhi ide bunuh diri pada remaja. Faktor-faktor tersebut antara lain masalah keluarga, percintaan, tekanan psikologis, masalah di sekolah, serta permasalahan pertemanan (Pratiwi dan Undarwati, 2014).

Pada usia remaja banyak menghabiskan waktu di sekolah. Selain untuk mengasah kemampuan akademik, remaja akan belajar memahami emosi dirinya maupun belajar memahami emosi teman sebayanya demi menjalin hubungan yang baik dengan teman sebayanya tersebut. Remaja yang tidak dapat memahami emosi orang lain maka akan mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan yang baik dengan orang lain. Remaja yang sulit menjalin hubungan baik dengan orang lain akan timbul perasaan seperti kesepian, tertekan dan perasaan tidak berdaya ketika mengalami masalah namun tidak ada satupun teman yang membantunya. Kondisi yang dialami remaja tersebut cenderung memicu munculnya ide bunuh diri pada remaja (Pramana dan Puspitadewi, 2014).

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan penelitian didapatkan hasil bahwa terdapat korelasi yang signifikan secara statistik antara tingkat stres terhadap kejadian munculnya ide bunuh diri pada siswa SMA X di Kabupaten Banyumas.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada seluruh responden siswa SMA di sekolah menengah di Kabupaten Banyumas dan kepala sekolah yang telah berkontribusi dalam penelitian ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ang, R. P., dan Huan, V. S. 2006. Relationship Between Academic Stress and Suicidal Ideation: Testing for Depression as A Mediator Using Multiple Regression. *Child Psychiatry Human Development* 37:133-143.
- Aulia, N., Yulastri, Heppi S. 2019. Analisis Hubungan Faktor Risiko Bunuh Diri dengan Ide Bunuh Diri pada Remaja. *Jurnal Keperawatan* 11(4): 303-310.
- Aulia, N., Yulastri, Heppi S. 2020. Faktor Psikologi Sebagai Risiko Utama Ide Bunuh Diri pada Remaja di Kota Rengat Kabupaten Indragiri Hulu. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes* 11: 48-52.
- Captain, C. 2008. Assessing Suicide Risk. *Nursing Made Incredibly Easy* 6:46–53.

- Dahlan, S. 2010. *Statistic untuk Kedokteran dan Kesehatan Uji Hipotesis dengan Menggunakan SPSS*. Jakarta: PT. Arkans.
- Hall, G. S. 1904. *Its Psychology and its Relations to Physiology, Anthropology, Sociology, Sex, Crime, Religion and Education Vol.2*. New York.
- Khan, A., Abdul R. H., Roslee A., Mohamed S. M., dan Salwa M. 2016. Problem Solving Coping and Social Support as Mediators of Academic Stress and Suicidal Ideation among Malaysian and Indian Adolescents. *Community Ment Health J* 52(2):245-50.
- Li, Q., Xue Y., Zhao L., Jia J., & Feng L. 2017. Analyzing and Identifying Teens' Stressful Periods and Stressor Events from a Microblog. *IEEE Journal of Biomedical and Health Informatics* 21(5):1434–1448.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pramana, R. D., Puspitadewi N. W. S. 2014. Hubungan antara Kecerdasan Emosi dan Tingkat Depresi dengan Ide Bunuh Diri Pada Peserta Didik Kelas X SMK Farmasi Surabaya. *Character* 2(3):1-6.
- Pratiwi, J. dan Anna U. 2014. Suicide Ideation pada Remaja di Kota Semarang. *Developmental and Clinical Psychology* 3(1):24-34.
- Wang J., Korczykowski M., Rao H., Fan Y., Pluta J., Gur R. C., McEwen B. S., Detre J. A. 2007. Gender Difference In Neural Response To Psychological Stres. *SCAN* 2: 227–239.
- WHO. 2014. *Preventing Suicide: A Global Imperative*. Available from: URL [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/131056/1/9789241564779\\_eng.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/131056/1/9789241564779_eng.pdf)
- WHO. 2017. *Global Health Observatory data repository*. Available from: URL <http://apps.who.int/gho/data/node.main.MHSUICIDEASDR?lang=en>