

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN IDE BUNUH DIRI PADA EMERGING ADULT

Rida Ashila Putri¹, Dian Kartika Amelia Arbi²

Universitas Airlangga Surabaya, Indonesia

E-mail: ridaashila@gmail.com

ABSTRAK

Fenomena munculnya pemikiran bunuh diri di Indonesia kian marak terjadi pada usia *emerging adult*. Dalam hal ini, diketahui jika dukungan orang sekitar dapat berperan dalam meminimalisir munculnya pemikiran tersebut. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial (yang terdiri atas dukungan dari keluarga, dukungan dari teman, serta dukungan dari *significant other*) dengan ide bunuh diri pada *emerging adult*. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan teknik analisis spearman rho dengan kriteria subjek berusia 18-29 tahun. Adapun pengukuran untuk ide bunuh diri dilakukan dengan menggunakan Adult Suicidal Ideation Questionnaire (ASIQ) yang terdiri dari 25 aitem serta pengukuran dukungan sosial dilakukan dengan Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) yang terdiri dari 12 aitem. Total partisipan yang berpartisipasi adalah sebanyak 117 individu, 34 individu berjenis kelamin laki-laki serta 83 lainnya berjenis kelamin perempuan. Hasil analisis mengungkapkan apabila terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial $p = 0,000$ ($p < 0,005$, $r = -0,413$), dukungan dari keluarga $p = 0,000$ ($p < 0,005$, $r = -0,523$), serta dukungan dari teman $p = 0,001$ ($p < 0,005$, $r = -0,290$) dengan ide bunuh diri pada *emerging adult*. Sementara itu, tidak didapatkan hasil yang signifikan antara dukungan dari *significant other* dengan ide bunuh diri pada *emerging adult* $p = 0,256$ ($p > 0,005$, $r = -0,61$).

Kata Kunci: Dukungan sosial; Ide bunuh diri; Emerging adult

ABSTRACT

The phenomenon of suicidal thoughts in Indonesia is increasingly prevalent in emerging adults. In this case, it is known that the support of people around can play a role in minimizing the emergence of these thoughts. The purpose of this study was to determine the relationship between social support (consisting of support from family, support from friends, and support from significant others) and suicidal ideation in emerging adults. The method used in this study is a quantitative method with spearman rho analysis techniques with the criteria of subjects aged 18-29 years. The measurement for suicidal ideation was carried out using the Adult Suicidal Ideation Questionnaire (ASIQ) consisting of 25 items and the measurement of social support was carried out with the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) consisting of 12 items. The total participants who participated were 117 individuals, 34 individuals were male and 83 others were female. The results of the analysis revealed that there was a significant negative relationship between social support $p = 0.000$ ($p < 0.005$, $r = -0.413$), support from family $p = 0.000$ ($p < 0.005$, $r = -0.523$), and support from friends $p = 0.001$ ($p < 0.005$, $r = -0.290$) and suicidal ideation in emerging adults. Meanwhile, there were no significant results between support from significant others and suicidal ideation in emerging adults $p = 0.256$ ($p > 0.005$, $r = -0.61$).

Keywords: Social support; Suicidal ideation; Emerging adult



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International

PENDAHULUAN

Fenomena bunuh diri kian meresahkan, menurut Centers for Disease Control and Prevention, diketahui bahwa tingkat bunuh diri di Amerika meningkat pada tahun 2021 yaitu menjadi 14% yang mana pada tahun 2020 memiliki presentase 13,5% (Centers for Disease Control and Prevention, 2022). Lalu, WHO menjelaskan bahwa bunuh diri menempati peringkat kedua sebagai penyebab kematian yang terjadi pada kelompok usia 15-29 tahun pada negara dengan tingkat pendapatan menengah hingga rendah (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 2019). Apabila dilihat berdasarkan data bunuh diri per regional, didapatkan hasil menurut World Health Statistic bahwa benua Asia Tenggara menempati urutan nomor dua sebagai wilayah dengan kasus bunuh diri terbanyak dibandingkan empat benua lainnya (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 2019). Di Indonesia sendiri, kejadian bunuh diri kerap terjadi. Menurut data yang dituliskan oleh Statistik Potensi Desa Badan Pusat Statistik, disebutkan apabila pada tahun 2021 terdapat sebanyak 3.058 kasus bunuh diri pada Desa/Kelurahan di Indonesia (Badan Pusat Statistik, 2022). Dalam hal ini, risiko bunuh diri di Indonesia kerap menyerang usia dewasa muda. Survei yang dilakukan oleh Global Health Observatory, menyebutkan jika kelompok usia 20-29 menempati posisi kedua sebagai kelompok umur dengan kasus kematian akibat bunuh diri terbanyak yang terjadi pada usia produktif di Indonesia. Hal ini dipertegas oleh pernyataan yang diutarakan oleh Direktur Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Kementerian Kesehatan, yaitu diketahui bahwa bunuh diri menjadi penyebab kematian nomor dua yang terjadi di Indonesia pada kelompok usia 15-29 Tahun (Enggarsari, 2021). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Onie (2022) juga menyatakan apabila kelompok usia 21-30 tahun menjadi kelompok adanya kasus bunuh Diri terbanyak di Indonesia.

Menurut teori The Three-Step Theory (3ST) of Suicide milik Klonsky & May (2015) dijelaskan sebuah proses munculnya bunuh diri. Dalam hal ini, tahap awal dimulai dengan berkembangnya ide bunuh diri yang disebabkan oleh adanya rasa sakit dan perasaan putus asa, selanjutnya ide pasif tersebut bertransformasi menjadi ide yang moderat serta kuat ketika adanya keterhubungan rendah yang turut hadir bersamaan dengan rasa sakit dan putus asa. Kemudian, ide tersebut berubah menjadi tindakan ketika individu memiliki genetika terhadap rasa nyeri yang sedikit bersamaan dengan adanya rasa sakit (pain) serta kemudahan akses untuk melakukan tindakan tersebut.

Merujuk pada Dinamikanya, maka fase awal yang melatarbelakangi tindakan bunuh diri bermula dari adanya pemikiran/ide untuk mengakhiri hidup (Duprey dkk., 2018). Di Indonesia, prevalensi ide bunuh diri adalah sebesar 6,9% (Peltzer dkk., 2022). Menurut riset yang dikeluarkan oleh perhimpunan dokter spesialis kesehatan jiwa untuk mengetahui gambaran kesehatan mental selama pandemi, dengan melibatkan mayoritas individu berusia 18-29 tahun, diketahui apabila dari 1201 responden yang terlibat, didapatkan sebanyak 85,1% memiliki masalah bunuh diri. Selain itu, berdasarkan riset juga didapatkan sebanyak 52% partisipan memiliki pemikiran untuk mati (Perhimpunan Dokter Spesialis Kesehatan Jiwa Indonesia, 2021) Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Liem dan kawan-kawan (2022) mengenai gambaran perilaku menyakiti diri dan ide bunuh diri selama pandemi, menghasilkan temuan bahwa kelompok usia 18-24 tahun menjadi kelompok dengan pemikiran bunuh diri terbanyak selama pandemi, yakni sebanyak 50,4% individu memiliki ide bunuh diri. Sejalan dengan penelitian sebelumnya, survei lain menyebutkan bahwa kelompok usia 18-24 tahun diketahui memiliki ide bunuh diri yang lebih tinggi (rate ide bunuh diri sebesar 33%) dibandingkan kelompok usia 55 tahun ke atas (rate ide bunuh diri sebesar 22%) (YouGov, 2019). Dengan demikian, serupa dengan fenomena bunuh diri, maka dapat disimpulkan apabila risiko tertinggi ide bunuh diri cenderung berada pada usia emerging adult. Selain itu sebuah laporan yang dituliskan oleh into the light juga menyebutkan apabila kelompok usia 18-24 tahun (presentase 50,4%) serta kelompok usia 25-34 (presentase 39,1) tahun menjadi kelompok dengan pemikiran mengenai kematian terbantuak dibandingkan kelompok usia 35 tahun ke atas (14,2%)

Emerging adult merupakan sebuah stase perkembangan ketika individu berada pada usia peralihan antara remaja dengan dewasa seutuhnya. Pada fase ini individu cenderung mengalami kehilangan dan melepaskan diri dengan keluarga, memutuskan untuk menjalin komitmen, serta individu dituntut untuk memutuskan pilihan karier dan pekerjaan yang diminati (Knight, 2017). Hal ini semakin kompleks karena adanya peluang rendah dalam mendapatkan pekerjaan serta tingginya biaya hidup dan pendidikan (Wood dkk., 2018). Periode emerging adult erat kaitannya dengan fase eksplorasi identitas dan penuh dengan ketidakstabilan (Pereira, Willhelm, Koller, & Martins de Almeida, 2018), yaitu Individu dituntut untuk menemukan citra diri yang dapat diterima oleh lingkup sosial, lingkup profesional, serta mereka juga dituntut untuk mencari tujuan hidup (Knight, 2017; Pereira dan kawan-kawan (2018)). Individu yang tidak mampu mengejar tujuan maupun individu yang tidak memiliki fleksibilitas dalam menetapkan tujuan akan cenderung memiliki perasaan negatif dan harga diri yang buruk (Knight, 2017). Selain itu, berbagai gejolak yang dialami oleh individu pada stase emerging adult telah membuat mereka semakin rentan memiliki ide bunuh diri (Pereira, Willhelm, Koller, & Martins de Almeida, 2018).

Tingginya angka pemikiran untuk mengakhiri hidup yang terjadi pada usia dewasa cenderung diakibatkan oleh minimnya harapan dan rendahnya self-esteem (Duprey dkk., 2018), terlebih pada individu yang berada di fase emerging adult disebutkan bahwa tendensi ide bunuh diri muncul karena adanya ketidakstabilan yang dihadapi serta disebabkan oleh periode eksplorasi identitas yang dialami individu (Olatunji dkk., 2020). Papadopoulou dan kawan-kawan (2021) menjelaskan bahwa kegagalan pernikahan, adanya riwayat gangguan mental, tingginya kecemasan, adanya depresi, kualitas kesehatan fisik yang buruk, serta fungsi keluarga yang terganggu merupakan faktor risiko munculnya ide bunuh diri pada individu dengan usia 18 tahun ke atas. Selain itu, Polanca-Roman & Miranda (2013) menyatakan bahwa stres akulturatif (tekanan yang muncul akibat akulturas dalam konteks interaksi sosial, sikap terhadap budaya, relasi dengan keluarga maupun lingkungan), identitas etnis, dan keputusasaan merupakan sejumlah hal yang memicu munculnya ide bunuh diri pada emerging adult. Penelitian lain juga menyebutkan bahwa isolasi sosial, kesepian, rendahnya rasa keterhubungan, serta rendahnya dukungan sosial merupakan beberapa hal yang dapat menyebabkan munculnya ide bunuh diri (Calati dkk.. 2018).

Dalam hal ini, ide bunuh diri merupakan isu penting yang harus segera ditindaklanjuti karena terdapat beberapa konsekuensi lain yang dimunculkan pada seorang individu dengan pemikiran untuk mengakhiri hidup. Hooven dan kawan-kawan (2013) menjelaskan bahwa seorang individu yang berisiko bunuh diri cenderung memiliki distres secara emosional (munculnya kecemasan, amarah, dan depresi) yang lebih tinggi serta terlibat ke dalam perilaku yang rentan (menggunakan obat-obatan terlarang) dibandingkan individu yang tidak berisiko. de Luca dan kawan-kawan (2016) juga mengkaji jika performa akademik (seperti indeks prestasi kumulatif) akan menurun pada mahasiswa yang memiliki ide bunuh diri. Rogers dan kawan-kawan (2018) menjelaskan apabila ide bunuh diri berkaitan dengan munculnya percobaan bunuh diri seumur hidup. Adapun dampak lainnya adalah menurunnya fungsi sosial, meningkatnya kecemasan, rasa putus asa, munculnya gangguan fungsional, serta adanya penurunan dalam kemampuan mengendalikan diri (Nyer dkk., 2011; Tsaousides dkk., 2013).

Dengan demikian, untuk meminimalisir tingkat risiko ide bunuh diri dan mencegah munculnya konsekuensi lain akibat adanya ide bunuh diri, maka diperlukan upaya untuk menekan munculnya pemikiran bunuh diri pada usia emerging adult seperti melalui pemberian faktor protektif. Menurut Duenas dan kawan-kawan (2020) dukungan sosial merupakan salah satu aspek yang dapat meminimalisir ide bunuh diri pada seseorang. Balualua dan kawan-kawan (2017) Menyebutkan bahwa tingginya harga diri dan dukungan sosial dapat menurunkan level pemikiran bunuh diri pada individu. Pereira dan kawan-kawan (2018) juga menyampaikan bahwa faktor internal (seperti self-esteem, self-efficacy, dan keterampilan sosial) serta faktor eksternal (seperti dukungan sosial) merupakan sejumlah faktor protektif yang dapat menekan ide maupun tindakan bunuh diri pada usia emerging adult. Dalam hal ini, penelitian akan berfokus untuk menguji aspek dukungan sosial sebagai salah satu faktor untuk meminimalisir ide bunuh diri. Dukungan sosial dipilih karena masih terdapat kesenjangan mengenai keterkaitan antara dukungan sosial dengan

ide bunuh diri. Menurut Olatunji et al. (2020) terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan dari keluarga, dukungan dari teman, serta dukungan dari *significant other* dengan ide bunuh diri. Sementara itu, Moller et al. (2021) mengungkapkan bahwa hanya dukungan dari keluarga yang berhubungan dengan ide bunuh diri. Kemudian, penelitian lain juga mengungkapkan hanya dukungan dari keluarga dan dukungan dari teman yang berkaitan dengan ide bunuh diri (Kusumastuti, dkk. 2021). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat keterkaitan antara dukungan sosial yang terdiri atas dukungan dari keluarga, dukungan dari teman, serta dukungan dari *significant other* pada *emerging adult*.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan jenis survey. Adapun kriteria subjek adalah individu dengan rentang usia 18-29 tahun. Alat ukur yang digunakan untuk mengetahui ide bunuh diri pada penelitian ini adalah Adult Suicidal Ideation Questionnaire (ASIQ) yang dirancang oleh Reynolds (1991) dengan tujuan untuk mengukur intensitas pemikiran bunuh diri dalam satu bulan terakhir. Alat ukur ini berbentuk unidimensional serta terdiri dari 25 Aitem. Adapun pengukuran dilakukan dengan memberikan skor yang dinilai dari rentangan 0-6 (0 = tidak pernah memiliki pemikiran tersebut, 1 = pernah memiliki pemikiran ini sebelumnya, tetapi tidak dalam satu bulan terakhir, 2 = sekali dalam sebulan, 3 = beberapa kali dalam sebulan, 4 = sekali dalam seminggu, 5 = beberapa kali dalam seminggu, 6 = hampir setiap hari). Berdasarkan uji terpaku, yang telah dilakukan oleh peneliti, ASIQ memiliki nilai reliabilitas Cronbach alpha sebesar 0,975 yang dapat diinterpretasikan memiliki nilai reliabilitas yang sangat baik.

Kemudian, alat yang digunakan untuk mengukur dukungan sosial adalah The Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) yang dirancang oleh Zimet, Dahlem, Zimet, & Farley (1988) dengan tujuan untuk mengukur persepsi ketersediaan sumber daya sosial yang terdiri dari tiga dimensi yaitu, dukungan dari keluarga, dukungan dari teman, serta dukungan dari *significant other*. Alat ukur ini terdiri dari 12 aitem dengan skoring dilakukan dalam bentuk rentang skala likert 1-7 (“1” = sangat tidak setuju dan “7” = sangat setuju) dengan skoring diberikan nilai 1-7 (skor “1” untuk kategori “sangat tidak setuju” dan skor “7” untuk kategori “Sangat Setuju”). Berdasarkan uji terpaku, yang telah dilakukan oleh peneliti, MSPSS memiliki nilai reliabilitas Cronbach alpha untuk dukungan dari keluarga 0,902, dukungan dari teman sebesar 0,897, serta dukungan dari *significant other* sebesar 0,916 yang dapat diinterpretasikan memiliki nilai reliabilitas yang sangat baik.

Analisis dilakukan dengan menggunakan statistik deskriptif untuk mengetahui gambaran demografi dari subjek penelitian yang didapatkan. Kemudian, uji statistik inferensial dilakukan melalui uji korelasi. Adapun jenis uji korelasi yang digunakan berupa uji non-parametrik spearman rho dikarenakan hasil penelitian tidak memenuhi asumsi parametrik.

Hasil

Variabel	Sig (p)	r
Dukungan Sosial	0,000	-0,413
Dukungan Keluarga	0,000	-0,523

Variabel	Sig (p)	r
Dukungan Teman	0,001	-0,290
Dukungan <i>Significant Other</i>	0,512	-,061

Berdasarkan hasil analisis di atas, maka dapat diketahui jika nilai koefisien korelasi (r) dukungan sosial adalah sebesar -0,413. Artinya, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara dukungan sosial dengan ide bunuh diri adalah sedang serta negatif. Selain itu, dari output analisis didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 atau $p(\text{Sig}) < 0,05$. Artinya, dapat diinterpretasikan jika H_a diterima dan H_0 ditolak, yaitu terdapat hubungan signifikan yang negatif antara dukungan sosial dengan ide bunuh diri pada *emerging adult*.

Kemudian, nilai koefisien korelasi (r) dukungan keluarga adalah sebesar -0,523. Artinya, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara dukungan dari keluarga dengan ide bunuh diri adalah sedang serta negatif. Selain itu, dari output analisis didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 atau $p(\text{Sig}) < 0,05$. Artinya, dapat diinterpretasikan jika H_a diterima dan H_0 ditolak, yaitu terdapat hubungan signifikan yang negatif antara dukungan dari keluarga dengan ide bunuh diri pada *emerging adult*.

Selanjutnya, nilai koefisien korelasi dukungan teman (r) adalah sebesar -0,290. Artinya, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara dukungan dari teman dengan ide bunuh diri adalah lemah serta negatif. Selain itu, dari output analisis didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,001 atau $p(\text{Sig}) < 0,05$. Artinya, dapat diinterpretasikan jika H_a diterima dan H_0 ditolak, yaitu terdapat hubungan signifikan yang negatif antara dukungan dari teman dengan ide bunuh diri pada *emerging adult*.

Lalu, nilai koefisien korelasi dukungan dari *significant other* adalah sebesar -0,061. Artinya, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara dukungan dari *significant other* dengan ide bunuh diri adalah sangat lemah serta negatif. Selain itu, dari output analisis didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,256 atau $p(\text{Sig}) > 0,05$. Artinya, dapat diinterpretasikan jika H_0 diterima dan H_a ditolak, yaitu tidak terdapat hubungan signifikan yang negatif antara dukungan dari *significant other* dengan ide bunuh diri pada *emerging adult*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji kelayakan instrument penelitian

A. Dukungan Sosial dengan Ide Bunuh Diri

Berdasarkan uji analisis yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan apabila dukungan sosial, dukungan dari dukungan keluarga, serta dukungan dari teman dapat menjadi faktor protektif dalam meminimalisir ide bunuh diri pada *emerging adult* dikarenakan ketiganya memiliki nilai korelasi yang signifikan. Dalam hal ini, keterkaitan dukungan sosial dengan ide bunuh diri relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Khan dkk., 2016; Kleiman & Riskind, 2013; Levi-Belz dkk., 2022). Selain itu, adanya korelasi tersebut dapat ditinjau melalui hasil skor yang didapatkan oleh partisipan, yang mana berdasarkan karakteristiknya, mayoritas partisipan memiliki nilai dukungan sosial yang berada dalam kategori sedang dan rendah, sedangkan diketahui bahwa sebagian besar partisipan memiliki indikasi pemikiran bunuh diri. Lalu, keterkaitan antara dukungan sosial secara keseluruhan juga dapat diidentifikasi berdasarkan peran dari dukungan keluarga, yaitu dijelaskan bahwa dukungan dari keluarga memiliki efek jangka panjang, relatif konsisten, dan cenderung memiliki nilai korelasi yang paling tinggi (Olatunji dkk., 2020; Tabaac dkk., 2016). Hal ini membuktikan bahwa dukungan sosial memiliki peran krusial, yaitu tingginya dukungan sosial yang didapatkan oleh individu dapat menciptakan sebuah

peluang bagi dirinya untuk menceritakan tekanan yang sedang dialami, sehingga akan memunculkan rasa positif dalam diri yang dapat meminimalisir ide bunuh diri (Ariapooran dkk., 2016). Penelitian lain juga mengungkapkan apabila stres dalam bekerja dapat berkaitan dengan ide bunuh diri jika seorang pekerja memiliki dukungan sosial yang rendah (Carpenter dkk., 2015).

B. Dukungan Keluarga dengan Ide Bunuh Diri

Berdasarkan hasil hipotesis diketahui bahwa dukungan dari keluarga memiliki keterkaitan yang negatif dengan ide bunuh diri serta memiliki nilai korelasi yang paling tinggi dibandingkan dukungan dari teman dan significant other. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Dong & Zhao, 2022; Olatunji dkk., 2020; Salsabilla & Panjaitan, 2019). Tingginya korelasi dukungan keluarga dibandingkan dengan dukungan yang lainnya ialah dikarenakan konstruksi dukungan keluarga yang lebih bertahan lama dan konsisten (Tabaac dkk., 2016). Kemudian, juga diketahui bahwa keluarga merupakan sumber dukungan primer yang dimiliki individu, sehingga gejolak yang terjadi pada keluarga dapat berpengaruh terhadap kondisi psikologis individu. Menurut teori sistem keluarga, penyebab utama berkembangnya pemikiran untuk mengakhiri hidup yang dimiliki oleh individu berada dalam dinamika interpersonal yang terjadi dalam keluarga, seperti adanya kesalahpahaman dalam berkomunikasi, rendahnya kohesivitas, dan kelekatan yang buruk (Frey & Cerel, 2013).

Kemudian, Van Orden menyebutkan bahwa individu yang mengkomunikasikan keinginan dirinya untuk mengakhiri hidup kepada keluarga tidak hanya dapat mengurangi perasaan menjadi beban, tetapi juga dapat meningkatkan perilaku mencari pertolongan, serta sebaliknya, individu yang mendapatkan pengalaman negatif selama diskusi tersebut dapat memunculkan tingginya persepsi menjadi beban dan meningkatkan risiko bunuh diri (Frey & Cerel, 2013). Menurut Interpersonal Theory of Suicide, dukungan dari keluarga dapat meminimalisir bunuh diri melalui interaksi positif yang terjadi dalam waktu lama akan meningkatkan rasa kepemilikan yang memoderasi efek negatif dari munculnya perasaan tidak terhubung dengan keluarga, sehingga dapat mencegah transisi pemikiran bunuh diri ke percobaan bunuh diri (Nguyen, dkk., 2017). Selain itu, juga diketahui bahwa dukungan yang diberikan oleh keluarga dapat mencegah rasa kesepian yang rentan memunculkan risiko bunuh diri pada mahasiswa (Chang dkk., 2017). Dinamikan hubungan dengan keluarga turut berperan dalam ide bunuh diri *emerging adult* dikarenakan ketika individu telah memasuki fase ini, orang tua telah menanggap diri mereka sebagai seseorang dewasa. Dalam hal ini, adanya persepsi yang dimunculkan oleh orang tua, membuat individu juga meyakini jika keluarga memiliki ekspektasi terhadap dirinya, seperti mencapai kemandirian dengan cara menerima berbagai tanggung jawab, membuat keputusan secara mandiri, serta mencapai kemandirian finansial (Arnett, 2014; Everall dkk., 2006), padahal diketahui apabila individu belum mencapai usia dewasa seutuhnya. Adanya ekspektasi yang tidak dapat terpenuhi, membuat individu merasa gagal, tidak berguna, serta munculnya perasaan mengecewakan yang merupakan pemicu risiko bunuh diri. Dalam hal ini, dukungan yang diberikan keluarga dengan cara memahami kondisi individu yang (Everall dkk., 2006) masih berada pada fase in-between dapat beguna dalam meningkatkan harga diri individu dan kemampuan dalam menyesuaikan diri pada fase ini (Moore & Shell, 2017).

C. Dukungan Teman dengan Ide Bunuh Diri

Selain dukungan dari keluarga, berdasarkan hasil analisis juga didapatkan hasil yang signifikan secara negatif mengenai hubungan antara dukungan dari teman dengan ide bunuh diri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Dong & Zhao, 2022; Olatunji dkk., 2020; Salsabilla & Panjaitan, 2019).. Kemudian manfaat lain dari memiliki teman yang suportif adalah membuat para individu dengan penyintas ide bunuh diri dan percobaan bunuh diri menjadi lebih terbuka untuk membicarakan kondisi dirinya. Menceritakan situasi yang sedang dialami dirinya kepada teman dapat membantu dalam memproses pengalaman tersebut dan merupakan hal terapeutik, sedangkan individu yang tidak mendapatkan reaksi positif dari teman dapat

membuat dirinya memilih untuk menyembunyikan keinginan untuk mengakhiri hidupnya ketika hal tersebut terulang kembali (Frey dkk., 2018). Selain itu, penelitian lain juga menyebutkan apabila individu yang memiliki teman atau kelompok yang kohesif (adanya kecenderungan untuk menjalin ikatan persahabatan) diketahui lebih sedikit melaporkan mengenai ide bunuh diri dan percobaan bunuh diri, serta sebaliknya, yaitu individu yang tidak memiliki ikatan kohesif yang terjadi dalam kontinum waktu tertentu dapat meningkatkan kerentanan memiliki ide bunuh diri pada level yang tinggi (Wyman dkk., 2019).

Hal ini dapat membuktikan bahwa teman memiliki peran yang penting serta dapat menjelaskan karakteristik dari emerging adult, yang mana pada fase tersebut mereka cenderung tinggal jauh dari orang tua dan selama mereka tinggal terpisah dari orang tua, koneksi terdekat yang mereka miliki adalah teman-teman mereka. Hal ini dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lee & Goldstein (2015) yang menyebutkan bahwa hanya dukungan dari teman yang dapat memoderasi hubungan antara stress dengan kesepian pada emerging adult. Penelitian lain juga mengungkapkan bahwa hanya dukungan dari teman yang dapat memoderasi stres kerja dengan ide bunuh diri pada perawat (Nie dkk., 2020). Selain itu, pada fase emerging adult, individu cenderung bertanya mengenai identitas diri, seperti siapa dirinya dan apa yang diinginkan oleh dirinya dalam aspek pekerjaan maupun hubungan romantis. Fase pencarian identitas diri yang dihadapi oleh emerging adult dapat memunculkan rasa lelah dan membingungkan, sehingga pada waktu tertentu akan berakibat terhadap perasaan isolasi yang berisiko memunculkan pemikiran bunuh diri (Arnett, 2014; Yadegarfard dkk., 2014). Dalam hal ini, teman dapat membantu individu dalam meningkatkan adanya rasa keterhubungan serta adanya teman diketahui dapat membantu dalam pencarian identitas diri (Barry & Madson, 2014). Sebuah pertemanan yang berkualitas dapat menawarkan diskusi mengenai berbagai topik, seperti mengenai agama, aspirasi hidup, dilema moral, serta hubungan. Kehadiran seorang teman dapat membantu individu untuk melihat situasi dengan lebih jelas sehingga akan membantu mereka dalam melakukan penilaian secara lebih kritis dan hati-hati.

D. Dukungan Significant Other dengan Ide Bunuh Diri

Merujuk pada hasil penelitian, maka tidak ditemukan hasil yang signifikan antara dukungan dari significant other dengan ide bunuh diri pada penelitian ini. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kusumastuti dkk., 2021; Moller dkk., 2021; Tamizi & Perveen, 2021), yaitu dijelaskan bahwa dukungan dari significant other tidak berhubungan secara signifikan dengan ide bunuh diri.

Menurut Moller dan Kawan-kawan (2021) tidak adanya korelasi antara dukungan dari significant other dikarenakan pada fase emerging adult, membangun relasi dengan orang yang spesial (seperti pasangan) merupakan hal yang penting. Akan tetapi, pada beberapa fase tertentu, dinamika relasi yang terjadi dapat menimbulkan tekanan pada diri individu. Sebuah penelitian mengungkapkan bahwa dukungan dari significant other berhubungan dengan tingginya kemungkinan individu untuk melakukan self-injury. Hal ini berkebalikan dengan dukungan dari keluarga serta dukungan yang diberikan oleh teman yang diketahui dapat meminimalisir depresi dan kemungkinan untuk melukai diri sendiri (Hefner & Eisenberg, 2009). Kemudian, tekanan lain yang dirasakan oleh individu disebabkan oleh rendahnya kualitas dalam menjalin relasi romantis. Survei yang dilakukan Chalker dan Kawan-kawan (2022) mengenai hubungan romantis dan risiko bunuh diri pada tentara menghasilkan temuan bahwa sebanyak 22,6 % responden mengakui apabila hubungan romantis yang mereka jalani sebagai alasan untuk hidup tetapi juga sebagai alasan untuk mati. (Till dkk., 2017; Hossain dkk., 2016) juga mengatakan bahwa individu yang tidak menemukan kepuasan dalam menjalin hubungan romantis memiliki skor ide bunuh diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang tidak memiliki pasangan.

Hal menarik lainnya adalah gaya dalam menjalin hubungan romantis diketahui juga berkaitan dengan ide bunuh diri pada mahasiswa. Individu yang memiliki pasangan dengan gaya pacaran posesif serta obsesif berisiko lebih tinggi memiliki pemikiran untuk mengakhiri hidup (Xian dkk., 2023). Penelitian lain juga mengungkapkan bahwa walaupun individu yang tidak

memiliki pasangan mempunyai kesejahteraan psikologis yang lebih rendah dibandingkan individu dengan pasangan, tetapi munculnya rasa cemas dan ketidaknyamanan fisik lebih kecil dirasakan oleh individu yang tidak memiliki pasangan. Selain itu, skor ide bunuh diri diketahui lebih besar dimiliki oleh individu yang menjalani hubungan dengan komitmen yang rendah (Till & Niederkrotenthaler, 2022).

Kemudian, selain dinamika hubungan dengan significant others yang kompleks, penyebab adanya ketidak terkaitan antara dukungan dari significant other dengan ide bunuh diri pada penelitian ini dapat dikaitkan dengan konstruksi alat ukur dukungan sosial yang digunakan. Pada subskala dukungan dari significant other, diketahui bahwa aitem yang dituliskan mengacu terhadap ketersediaan orang spesial (pasangan, guru, konselor, dll) yang dimiliki oleh individu. Dalam hal ini hubungan antara dukungan dari significant other dengan ide bunuh diri sulit untuk ditentukan kualitasnya jika partisipan yang mengisi kuesioner tidak memiliki orang spesial tersebut, sehingga sangat memungkinkan jika pengisian kuesioner dilakukan secara kurang maksimal. Sementara itu, keluarga serta teman merupakan aspek laten yang sudah pasti dimiliki oleh individu. Hal ini juga serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Moller dan Kawankawan (2021) yang menyebutkan jika kendala dalam menentukan keterkaitan antara subskala significant other dengan ide bunuh diri disebabkan oleh proporsi partisipan yang memiliki orang spesial tergolong rendah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat diketahui bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan dari keluarga serta dukungan dari teman dengan ide bunuh diri. Artinya, semakin tinggi dukungan yang didapatkan seseorang dari keluarga maupun teman, maka semakin rendah pemikiran bunuh diri yang dimilikinya. Sementara itu, dukungan dari *significant other* tidak berhubungan dengan ide bunuh diri pada *emerging adult*. Oleh karena itu, dapat disimpulkan apabila hipotesis (Ha) untuk dukungan keluarga serta dukungan dari teman dengan ide bunuh diri dapat diterima, sedangkan H0 untuk keterkaitan antara dukungan dari significant other dengan ide bunuh diri pada *emerging adult* dapat diterima.

DAFTAR PUSTAKA

- Arnett, J. J. (2014). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties* (Second Edition). New York: Oxford University Press.
- Azzahra, Q. (2021, Juni 29). Pandemi, Masalah Ekonomi, dan Keinginan Bunuh Diri. Retrieved from alinea.id: <https://www.alinea.id/bisnis/pandemi-masalah-ekonomi-dan-keinginan-bunuh-diri-b2c4N94xt>
- Badan Pusat Statistik. (2022, Maret). Statistik Potensi Desa 2021. Retrieved from Badan Pusat Statistik: <https://www.bps.go.id/publication/2022/03/24/ceab4ec9f942b1a4fdf4cd08/statistik-potensi-desa-indonesia-2021.html>
- Balualua, P. J., Phodaca, L.-A. J., Angelo, L., Jael, T., & Orbe, J. (n.d.). Determinants of Suicidal Ideation among Nursing Students.
- Barry, C. M., & Madson, S. D. (2014, Juni 3). Friends and Friendships in Emerging Adulthood. Retrieved from Washington Research Library Consortium: <https://cuislandora.wrlc.org/islandora/object/achc-cseapc%3A20>
- Centers for Disease Control and Prevention. (2022, September 30). Cdc.gov. Retrieved from Suicide Increases in 2021 After Two Years of Decline: [https://www.cdc.gov/nchs/pressroom/nchs_press_releases/2022/20220930.htm#:~:text=The%20rate%20of%20suicides%20per,in%20October%20\(%2B11%25\)](https://www.cdc.gov/nchs/pressroom/nchs_press_releases/2022/20220930.htm#:~:text=The%20rate%20of%20suicides%20per,in%20October%20(%2B11%25)).
- Chang, E. C., Chang, O. D., Martos, T., Sallay, V., Lee, J., Stam, K. R., ... Yu, T. (2017). Family Support as a Moderator of the Relationship Between Loneliness and Suicide Risk in College Students: Having a Supportive Family Matters! *The Family Journal*, 25, 257–263.

- Dong, K., & Zhao, G. (2022). Depressive symptomatology and different dimensions of social support serially mediate the effect of negative automatic thoughts on suicidal ideation. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02974-7>
- Dueñas, J.-M., Fernández, M., & Morales-Vives, F. (2020). What is the protective role of perceived social support and religiosity in suicidal ideation in young adults? *The Journal of General Psychology*, 147, 432–447.
- Duprey, E. B., Oshri, A., & Liu, S. (2019). Childhood Maltreatment, Self-esteem, and Suicidal Ideation in a Low-SES Emerging Adult Sample: The Moderating Role of Heart Rate Variability. *Archives of Suicide Research*, 23, 333–352.
- Enggarsari, T. K. (2021, September 11). Kemenkes: Bunuh diri usia 15-29 tahun penyebab kematian nomor dua di RI . Retrieved from Alinea.id: <https://www.alinea.id/gaya-hidup/bunuh-diri-usia-15-29-tahun-penyebab-kematian-nomor-2-di-ri-b2cAz961N>
- Everall, R. D., Bostik, K. E., & Paulson, B. L. (2006). Being in the Safety Zone: Emotional Experiences of Suicidal Adolescents and Emerging Adults. *Journal of Adolescent Research*, 21(4), 370–392. <https://doi.org/10.1177/0743558406289753>
- Frey, L. M., & Cerel, J. (2013). Risk for suicide and the role of family. *Journal of Family Issues*, 36(6), 716–736.
- Frey, L. M., Fulginiti, A., Lezine, D., & Cerel, J. (2018). The Decision-Making Process for Disclosing Suicidal Ideation and Behavior to Family and Friends: Disclosing Suicidal Experiences. *Family Relations*, 67, 414–427.
- Klonsky, E. D., & May, A. M. (2015). The Three-Step Theory (3ST): A New Theory of Suicide Rooted in the “Ideation-to-Action” Framework. *International Journal of Cognitive Therapy*, 8(2), 114–129. <https://doi.org/10.1521/ijct.2015.8.2.114>
- Kusumastuti, P., Jusup, I., Fitrikasari, A., & Hadiati, T. (2021). The Correlation between Perceived Social Support with Suicide Ideation. *Diponegoro International Medical Journal*, 2, 41–45.
- Lee, C.-Y. S., & Goldstein, S. E. (2016). Loneliness, Stress, and Social Support in Young Adulthood: Does the Source of Support Matter? *Journal of Youth and Adolescence*, 45, 568–580.
- Liem, A., Prawira, B., Magdalena, S., Siandita, M. J., & Hudiyana, J. (2022). Predicting self-harm and suicide ideation during the COVID-19 pandemic in Indonesia: A nationwide survey report. *BMC Psychiatry*, 22, 304.
- Louw, G. J., & Viviers, A. (2010). An evaluation of a psychosocial stress and coping model in the police work context. *SA Journal of Industrial Psychology*, 36, 11 pages.
- Moller, C. I., Cotton, S. M., Badcock, P. B., Hetrick, S. E., Berk, M., Dean, O. M., ... Davey, C. G. (2021). Relationships Between Different Dimensions of Social Support and Suicidal Ideation in Young People with Major Depressive Disorder. *Journal of Affective Disorders*, 281, 714–720.
- Ng Yi Xian, Lee, J. C., & Ahmad Sofian bin Shminan. (2023). Love Relationship Satisfaction, Love Styles and Suicidal Ideation Among University Students. *Journal of Cognitive Sciences and Human Development*, 9, 140–158.
- Nguyen, A. W., Taylor, R. J., Chatters, L. M., Taylor, H. O., Lincoln, K. D., & Mitchell, U. A. (2017). Extended family and friendship support and suicidality among African Americans. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 52, 299–309.
- Olatunji, O. A., Idemudia, E. S., & Olawa, B. D. (2020). Family support, self-efficacy and suicidal ideation at emerging adulthood: A mediation analysis. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25, 920–931.
- Peltzer, K., Yi, S., & Pengpid, S. (2017). Suicidal behaviors and associated factors among university students in six countries in the Association of Southeast Asian Nations (ASEAN). *Asian Journal of Psychiatry*, 26, 32–38.

- Pereira, A. S., Willhelm, A. R., Koller, S. H., & Almeida, R. M. M. de. (2018). Fatores de risco e proteção para tentativa de suicídio na adultez emergente. *Ciência & Saúde Coletiva*, 23, 3767–3777.
- Perhimpunan Dokter Spesialis Kesehatan Jiwa Indonesia. (2021). Masalah Psikologis 2 Tahun Pandemi Covid-19 di Indonesia. Retrieved from PDSKJI: <https://www.pdskji.org/home>
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. (2019, Oktober 1). Situasi dan Pencegahan Bunuh Diri. Retrieved from Pusdatin Kemkes: <https://pusdatin.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin-Situasi-dan-Pencegahan-Bunuh-Diri.pdf>
- Reynolds, W. M. (1991). Psychometric Characteristics of the Adult Suicidal Ideation Questionnaire in College Students. *Journal of Personality Assessment*, 56, 289–307.
- Salsabilla, A., & Panjaitan, R. U. (2019). Dukungan Sosial Dan Hubungannya Dengan Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa Rantau. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7, 107.
- Tabaac, A. R., Perrin, P. B., & Rabinovitch, A. E. (2016). The relationship between social support and suicide risk in a national sample of ethnically diverse sexual minority women. *Journal of Gay & Lesbian Mental Health*, 20, 116–126.
- Tamizi, N. A. M., & Perveen, A. (n.d.). The Role of Stress, Depression and Social Support in Students' Suicidal Ideation among University Students in Malaysia.
- Till, B., & Niederkrotenthaler, T. (2022). Romantic Relationships and Mental Health During the COVID-19 Pandemic in Austria: A Population-Based Cross-Sectional Survey. *Frontiers in Psychology*, 13, 857329.\
- Wyman, P. A., Pickering, T. A., Pisani, A. R., Rulison, K., Schmeelk-Cone, K., Hartley, C., ... Valente, T. W. (2019). Peer-adult network structure and suicide attempts in 38 high schools: Implications for network-informed suicide prevention. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 60, 1065–1075.
- Yadegarfard, M., Meinhold-Bergmann, M. E., & Ho, R. (2014). Family Rejection, Social Isolation, and Loneliness as Predictors of Negative Health Outcomes (Depression, Suicidal Ideation, and Sexual Risk Behavior) Among Thai Male-to-Female Transgender Adolescents. *Journal of LGBT Youth*, 11(4), 347–363. <https://doi.org/10.1080/19361653.2014.910483>
- YouGov. (2019, Juni YouGov). A quarter of Indonesians have experienced suicidal thoughts. Retrieved from <https://id.yougov.com/id/news/2019/06/26/quarter-indonesians-have-experienced-suicidal-thou/>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52, 30–41.