



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 2 Tahun 2024 Page 8092-8109

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Faktor Internal Psikologis Terhadap Ide Bunuh Diri Remaja Di Indonesia

I Made Rendi Pradipta^{1✉}, Tience Debora Valentina²

Universitas Udayana

Email: rendi034@student.unud.ac.id^{1✉}

Abstrak

Masalah bunuh diri di kalangan remaja marak terjadi sekarang, dimana hampir setiap bulannya selalu muncul berita remaja yang mengakhiri hidupnya sendiri di berbagai tempat di Indonesia. Ide bunuh diri remaja muncul karena pada tahap ini perkembangan emosi yang terjadi masih labil. Banyak faktor seperti trauma dan pengalaman peristiwa negatif yang dapat mendorong munculnya gangguan mental dan ide bunuh diri remaja. Ide dan upaya melakukan bunuh diri sering terjadi secara impulsif, perilaku bunuh diri dapat terjadi hanya dengan sedikit dorongan dari ide bunuh diri. Ide bunuh diri akan menjadi awalan yang mendahului sebuah upaya tindakan bunuh diri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengenal lebih dalam faktor psikologis sebagai faktor risiko internal pada remaja Indonesia karena dengan diketahuinya faktor – faktor ini dapat membantu dalam melakukan intervensi dan pencegahan yang tepat. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kajian literatur deskriptif terhadap 9 penelitian dengan jumlah responden beragam dan kriteria responden adalah remaja. Hasil kajian literature mendapatkan faktor – faktor psikologis internal yang berpengaruh terhadap ide bunuh diri remaja di Indonesia meliputi perasaan tertekanan, keputusan, bullying, harga diri rendah, kepribadian neuroticism, kecemasan, tingkat depresi, stress, kesepian (loneliness) dan ketidakberdayaan. Kajian literature dilakukan mengingat pentingnya menyadari kemunculan ide bunuh diri pada remaja karena dapat menentukan intervensi dan pencegahan yang tepat.

Kata Kunci: *Ide Bunuh Diri, Faktor Internal Psikologis, Remaja*

Abstract

The problem of suicide among teenagers is happening a lot now, almost every month there is always news of teenagers ending their own lives in various places in Indonesia. The suicide ideation among adolescent appear because at this stage the emotional development that occurs is still unstable. Many factors such as trauma and the experience of negative events can lead to the emergence of mental disorders and adolescent suicidal ideation. Ideas and attempts to commit suicide often occur impulsively, suicidal behavior can occur with just a little encouragement from suicidal ideation. The idea of suicide will be the prefix that precedes a suicide attempt. The purpose of this study was to get to know psychological factors as internal risk factors in Indonesian adolescents more deeply because knowing these factors can help in carrying out appropriate interventions and prevention. The research method used is descriptive literature review method on 9 studies with a variety of respondents and the criteria for respondents are teenagers. The results of the literature review found internal psychological factors that influence adolescent suicide ideation in Indonesia including feelings of depression, hopelessness, bullying, low self-esteem, neuroticism personality, anxiety, levels of depression, stress, loneliness (loneliness) and powerlessness. A literature review was carried out considering the importance of being aware of the emergence of suicidal ideation in adolescents because it can determine appropriate interventions and prevention.

Keywords: Suicide Ideation, Internal Psychological Factor, Adolescent

PENDAHULUAN

Bunuh diri di kalangan remaja marak terjadi sekarang dimana hampir setiap bulannya selalu muncul berita remaja yang mengakhiri hidupnya sendiri di berbagai tempat di Indonesia, hal itupun kasus bunuh diri yang diberitakan media belum mencakup seluruh kasus bunuh diri yang tidak disorot media. Mengutip data dari Asosiasi Pencegahan Bunuh Diri Indonesia (INASP) tahun 2022 (dalam Onie, 2022) menunjukkan jumlah kasus bunuh diri tahun 2020 sebanyak 670 kasus dan tingkat kasus yang tidak dilaporkan di Indonesia lebih dari 303% dimana rata – rata dunia adalah 0 – 50%. World Health Organization (dalam Idham et al., 2019) menjelaskan bahwa bunuh diri menjadi penyebab kematian ke-empat pada individu umur 15-19 tahun. Data WHO tahun 2019 (dalam *Suide World Wide* 2019) menunjukkan bahwa Asia tenggara tergolong memiliki tingkat bunuh diri yang lebih tinggi (10.2 per 100.000 penduduk) dibandingkan rata – rata dunia (9.0 per 100.00 penduduk).

Ide bunuh diri remaja muncul karena pada tahap ini perkembangan emosi yang terjadi masih labil (Oppong et al., 2017). Oppong juga mengemukakan bahwa presentase ide bunuh diri, rencana bunuh diri, dan percobaan bunuh diri memiliki angka yang tinggi pada usia 14 tahun hingga 18 tahun ke atas di Ghana. Ide bunuh diri pada remaja umumnya meningkat pada usia 12 sampai 17 tahun dan akan 12 kali lebih berisiko melakukan pada

percobaan bunuh diri pada umur 30 tahun (Cha et al., 2018). Ide dan upaya untuk melakukan bunuh diri sering terjadi secara impulsif, oleh karena itu menjadi hal yang wajar jika perilaku bunuh diri dapat terjadi hanya dengan sedikit dorongan dari ide bunuh diri (Idham et al., 2019). Bilsen (2018) menjelaskan bahwa proses melakukan bunuh diri membutuhkan waktu yang beragam, namun proses transisi dari ide bunuh diri menuju tindakan bunuh diri terkadang muncul dalam sekejap, tiba – tiba dan tidak bisa ditebak khususnya pada remaja. Ide bunuh diri akan menjadi awalan yang mendahului sebuah upaya tindakan bunuh diri (Ranieri, et al., 1987; Hadriami, 2006). Jika ide bunuh diri diketahui atau diungkapkan kepada orang disekitar maka hal tersebut dapat menjadi pertanda sehingga dapat dilakukan penanganan sebelum menjadi percobaan bunuh diri (Stoep et al., 2009). Hal ini mengindikasikan betapa pentingnya menyadari kemunculan ide bunuh diri di kalangan remaja.

Masa remaja merupakan masa yang sering muncul kondisi stres karena masa pubertas merupakan puncak pertumbuhan dan perkembangan, baik secara fisik maupun mental (Miller dan Prinstein, 2019). Jatmiko (2021) menemukan faktor psikologis yang berperan meningkatkan potensi terjadinya ide bunuh diri pada remaja mencakup ansietas, depresi, putus asa, stress, kesendirian, gangguan tidur, mimpi buruk, koping keagamaan yang negatif dan riwayat bunuh diri sebelumnya. Gangguan mental merupakan faktor risiko yang penting dalam kasus bunuh diri pada remaja, dimana depresi merupakan faktor yang paling kuat diikuti dengan gangguan mental lainnya (Korczak, 2015). Gangguan mental emosional merupakan masalah kesehatan yang sering terjadi pada remaja (Mubasyiroh et al., 2017). Banyak faktor seperti trauma dan pengalaman peristiwa negatif yang dapat mendorong munculnya gangguan mental dan ide bunuh diri remaja. (Mento et al., 2020). Gangguan mental sudah banyak diteliti terkait dengan bunuh diri dimana gangguan mental berperan 47% sampai 74% dalam kasus bunuh diri (Bilsen, 2018). Depresi, kecemasan, stress sehari – hari dan kesehatan mental memiliki pengaruh terhadap ide bunuh diri dan percobaan bunuh diri (Izadinia et al, 2010). Gangguan mental dapat berupa berbagai gejala, diantaranya kecemasan (ansietas), depresi yang dapat digambarkan dari kehilangan semangat, mengalami gangguan tidur, hingga ide untuk menyakiti diri sendiri atau ingin bunuh diri (Davies & Craig, 2009).

Mallo dalam penelitiannya menenumkan bahwa terdapat tiga masalah yang dihadapi remaja yaitu depresi, konsep diri yang salah dan masalah dalam hubungannya dalam keluarga (Mallo & Ronda, 2010). Remaja mulai menghadapi permasalahan psikologis, seperti depresi, kecemasan, bunuh diri, perilaku melukai diri, gangguan makan, penggunaan obat-obatan, dan permasalahan perilaku mengganggu (Lovell & White, 2019). Tekanan hidup

yang menyebabkan dampak negatif seperti depresi, kepedihan dan perasaan tidak mampu sehingga terjadi distress psikologis yang dapat menyebabkan upaya serius untuk bunuh diri (Gvion & Apter, 2012). Hal – hal yang ini dapat menjadi faktor psikologis munculnya ide bunuh diri. Faktor psikologis menurut kamus *American Psychological Association* (APA) (2015) merupakan merupakan faktor fungsional yang berkontribusi pada perkembangan kepribadian, pemeliharaan kesehatan dan kesejahteraan, dan etiologi gangguan mental dan perilaku yang dalam hal menjadi faktor risiko yang dapat meningkatnya kemungkinan remaja memiliki ide bunuh diri (Offord & Kraemer, 2000). Ide bunuh diri akan menjadi awalan yang mendahului sebuah upaya tindakan bunuh diri (Ranieri, et al., 1987; Hadriami, 2006).

Penelitian ini bertujuan untuk mengenal lebih dalam faktor psikologis sebagai faktor risiko internal pada remaja Indonesia karena dengan diketahuinya faktor – faktor ini dapat membantu dalam melakukan intervensi dan pencegahan yang tepat.

METODE PENELITIAN

Isi Penelitian ini menggunakan metode kajian literatur deskriptif yang membahas penelitian - penelitian yang berkaitan dengan faktor risiko internal psikologis penyebab ide bunuh diri pada remaja. Literatur yang digunakan pada studi literatur ini merupakan jurnal - jurnal dengan topik Ide Bunuh Diri Pada Remaja. Pengumpulan data untuk studi literature menggunakan pencarian jurnal yang bersumber dari *internet database* yaitu *Google, Google Scholar* dan *Neliti* dengan menggunakan kata kunci "Ide Bunuh Diri", "Bunuh Diri", "Faktor Risiko", "Faktor Psikologis" dan "Remaja". Upaya pencarian mendapatkan hasil 86 artikel. Kriteria inklusi adalah artikel terpublikasi antara tahun 2014 – 2022, artikel yang membahas ide bunuh diri pada remaja di Indonesia dan variabel yang diuji adalah faktor risiko psikologis yang dialami remaja dan memiliki pengaruh terhadap ide bunuh diri, peneliti selanjutnya memilah artikel yang memiliki pembahasan yang serupa dan memilih berdasarkan keunikan hasil penelitiannya. Berdasarkan kriteria inklusi ini didapatkan 9 jurnal yang memenuhi kriteria dan mengambil tempat penelitian serta subjek remaja di Indonesia

Tabel 1. Daftar Penelitian Literatur Deskriptif

Judul	Penulis	Tahun	Demografi Responden	Hasil Kajian
<i>Suicide Ideation</i> Pada Remaja Di Kota Semarang	Pratiwi, J., & Undarwati, A.	2014	Responden terdiri dari 442 dari seluruh remaja di Kota Semarang berusia 12 – 22 tahun (laki – laki 175 dan perempuan 267) dengan jenjang pendidikan SMP/ sederajat, SMA/ sederajat, maupun di Perguruan Tinggi	Temuan dari penelitian ini mengenai gambaran faktor – faktor yang mempengaruhi <i>suicide ideation</i> pada remaja yaitu masalah keluarga, percintaan, tekanan psikologis, masalah yang dihadapi, kurang perhatian, masalah di sekolah, pertemanan, harga diri rendah, tekanan sosial dan ekonomi, bosan hidup, putus asa, kesehatan, kematian seseorang, takut masa depan, dan kegagalan.
Ide Bunuh Diri pada Korban Bullying	Kurniasari, A. D., & Rahmasari, D.	2020	Responden merupakan 2 orang laki – laki berusia 19 tahun dan 21 tahun dengan pengalaman korban <i>bullying</i> serta pengalaman ide bunuh diri	Temuannya berupa 2 tema besar yaitu tema besar pertama terkait bentuk <i>bullying</i> yang dialami oleh subjek yaitu dalam bentuk <i>bullying</i> verbal dan relasional. Tema besar kedua adalah proses munculnya ide bunuh diri yang terdiri dari konflik awal, dampak <i>bullying</i> , konflik pemicu, tidak berperannya orang sekitar dan proses munculnya ide bunuh diri serta gambaran ide bunuh diri.
Faktor Psikologi Sebagai Risiko Utama Ide Bunuh Diri pada Remaja di	Aulia, N., Yulastri, Y., & Sasmita, H.	2020	Responden terdiri dari 365 yang berusia dominan remaja awal (79,2%) dan terdiri dari perempuan 218 orang serta laki-laki 147 orang	Temuan dalam penelitian ini yaitu faktor psikologis yang teridentifikasi pada remaja adalah depresi, kecemasan, stress, ketidakberdayaan dan penyalahgunaan napza. Respon atau reaksi seseorang terhadap

Kota Rengat
Kabupaten
Indragiri Hulu

stresor psikososial yang dialami berbeda satu dengan yang lainnya. Akibat perkembangan psikologis yang labil, remaja rentan mengalami stress.

Hubungan Kesepian Dengan Ide Bunuh Diri Pada Remaja Di Panti Sosial Asuhan Anak Putra Utama 3 Jakarta	Hilda, D., & Tobing, D. L	2021	Sampel penelitian adalah 84 remaja di Panti Sosial Asuhan Anak Putra Utama 3 Jakarta mayoritas subjek adalah perempuan (58,3%) sedangkan laki-laki (41,7%). Responden didominasi oleh remaja pertengahan yang berada pada rentang 16-18 tahun yang berjumlah 47 responden (56%)	Terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dengan ide bunuh diri pada remaja yang dipengaruhi lingkungan panti dan pengasuh serta tidak terdapat hubungan antara usia dan ide bunuh diri.
Perbedaan Suicide Ideation pada Remaja Ditinjau dari Big Five Personality Traits	Mulyana, F. I., Christanti, F. D., & Mulya, H. C	2021	Responden adalah 250 remaja. Mayoritas usia subjek pada usia perkembangan remaja akhir yaitu 18 hingga 21 tahun, dimana usia 21 tahun (44,40 %). Kemudian usia 20 tahun (22,40 %), usia 19 tahun (9,60 %), dan usia 18 tahun (4,80 %). Pada usia perkembangan remaja awal yaitu 13 hingga 17 tahun, usia 17 tahun (10,80 %), usia 16 tahun (4,80	Hasil pada penelitian ini mengatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada <i>suicide ideation</i> pada remaja ditinjau dari <i>big five personality traits</i> . Kepribadian <i>neuroticism</i> yang dominan pada remaja akan berpengaruh terhadap kecenderungan berpikir untuk merusak atau mematikan diri sendiri.

%), berusia 15 tahun (2,00%), berusia 14 tahun (0,80%) dan usia 13 tahun memiliki frekuensi terkecil dengan jumlah 1 orang.

Hubungan Tingkat Depresi dan Faktor Resiko Ide Bunuh Diri pada Remaja SMPN	Febrianti, D., & Husniawati, N.	2021	188 responden yang merupakan siswa kelas 8 SMPN 20 Jakarta yang terletak di Jakarta Timur	Hubungan antara tingkat depresi dengan faktor resiko ide bunuh diri pada responden menunjukkan hubungan kuat dan berpola positif. Temuannya menemukan mayoritas responden berada pada tingkat depresi minimal atau tidak ada depresi, dan dari faktor resiko ide bunuh diri responden dalam penelitian ini menunjukkan ada resiko ide bunuh diri
Korelasi antara Tingkat Stres Terhadap Kejadian Munculnya Ide Bunuh Diri pada Siswa SMA X di Kabupaten Banyumas	Yasyfi S., N., Lestari, D. W. D., & Paramitha, H.	2022	Terdiri dari 205 responden, perempuan memiliki 157 orang dan laki-laki 48 orang. Usia responden paling banyak yaitu usia 16 tahun sebanyak 99 orang, usia 17 tahun sebanyak 91 orang, usia 15 tahun sebanyak 9 orang, usia 18 tahun 2,9% 6 orang	Hasil menunjukkan aspek stress memiliki hubungan yang searah dengan munculnya ide bunuh diri, hasil penelitian ini menyatakan bahwa stres berpengaruh terhadap kondisi psikologis siswa dimana stress merupakan salah satu tekanan psikologis yang dialami remaja dan bisa menyebabkan ide bunuh diri
Hubungan Antara Kesenjangan Dengan Ide	Ainunnida, K. A., & Hartini, N	2022	Subjek berjumlah 233 orang dengan karakteristik subjek penelitian berjenis	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara kesenjangan dengan ide bunuh diri pada remaja dengan orangtua

Bunuh Diri Yang Dimoderasi Oleh Depresi Pada Remaja Dengan Orang Tua Bercerai			kelamin laki-laki dan perempuan, remaja berusia 15 – 18 tahun, mempunyai orangtua yang telah bercerai kurang lebih 5 tahun	yang bercerai. Pada uji moderasi pada variabel depresi semakin memperkuat hubungan antara kesepian dengan ide bunuh diri
Relationship Between Stress, Anxiety, And Depression With Suicidal Ideation In Adolescents	Windarwati, H. D., Lestari, R., Wicaksono, S. A., Kusumawati, M. W., Ati, N. A. L., Ilmy, S. K., Sulaksono, A. D., & Susanti, D	2022	Jumlah responden adalah 869 remaja dari 5 SMA di Jawa Timur berusia 15 – 16 tahun dengan jumlah remaja laki – laki 443 orang dan perempuan 426 orang.	Sebagian besar remaja tidak memiliki ide bunuh diri. Penelitian ini menemukan hubungan yang signifikan antara stres, kecemasan dan depresi dengan ide bunuh diri pada remaja yang dipengaruhi oleh faktor perkembangan remaja seperti pengalaman stres, merasakan kecemasan akan masa depan dan tekanan dari lingkungan serta perkembangan emosi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kajian literature pada 9 artikel penelitian yang sesuai dalam Tabel 1. menemukan bahwa faktor psikologis merupakan faktor yang dominan dibandingkan faktor usia dan jenis kelamin (Aulia et al., 2020). Responden terbanyak atau yang menjadi mayoritas dalam penelitian – penelitian ini adalah remaja perempuan dimana remaja perempuan menjadi kelompok yang dominan dikaji dalam studi ide bunuh diri (Pratiwi & Undarwati, 2014; Aulia et al., 2020; Hilda & Tobing, 2021; Mulyana et al., 2021; Febrianti & Husniawati, 2021; Yasyfi et al., 2022; Windarwati et al., 2022). Penelitian ini menemukan faktor – faktor internal psikologis yang merupakan faktor terkait munculnya ide bunuh diri pada remaja berdasarkan tinjauan ini diantaranya: tekanan psikologis atau perasaan tertekan, tingkat depresi, stress, keputusan, perundungan atau *bullying*, perasaan putus asa, kepribadian *neuroticism*, kesepian (*loneliness*) dan ketidakberdayaan.

Remaja mengalami berbagai macam permasalahan yang berdampak pada munculnya kondisi – kondisi psikologis seperti perasaan tidak nyaman, kecemasan dan depresi yang dapat memunculkan ide bunuh diri (Hall, 1904). Tekanan psikologis atau perasaan tertekan

merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap ide bunuh diri atau *suicide ideation*. Hal ini sesuai dengan temuan dalam penelitian Pratiwi, J., & Undarwati, A., (2014), menyatakan faktor-faktor yang mempengaruhi ide bunuh diri yang berkaitan dengan faktor psikologis internal salah satunya adalah tekanan psikologis yang berkaitan dengan perkembangan cara pandang remaja terhadap diri dan orang lain berdasarkan *ideal self* sehingga menyebabkan meningkatnya emosi. Tekanan psikologis atau perasaan tertekan berkaitan dengan kegagalan meraih keinginan dan perfeksionisme, harga diri rendah dan keputusasaan. Perasaan tertekan juga merupakan dampak yang dirasakan korban *bullying*, dimana remaja yang mengalami *bullying* merasa tertekan akibat adanya permasalahan *bullying* dan konflik pemicu sehingga berujung pada munculnya ide bunuh diri (Kurniasari & Rahmasari, 2020). Perasaan tertekan atau tekanan psikologis merujuk pada hubungan individu dengan lingkungan, dimana seseorang menilai sendiri keadaannya dalam kondisi tuntutan yang melebihi sumber daya yang tersedia (Lazarus 1993). Penelitian Pratiwi dan Undarwati (2014) menjelaskan bahwa faktor tekanan psikologis berpengaruh terhadap ide bunuh diri, dimana tekanan psikologis ini berkaitan dengan kegagalan meraih keinginan. Hasil ini didukung penelitian di Cina oleh Zhang et al., (2013) yang menyatakan bahwa presentasi individu yang mengalami kegagalan dalam meraih tujuannya lebih tinggi pada kelompok bunuh diri dibandingkan kelompok kontrol. Masalah lain yang sering dialami remaja yaitu perundungan atau *bullying* juga dapat memberikan dampak perasaan tertekan seperti dalam penelitian Kurniasari dan Rahmasari (2020) mengemukakan bahwa individu yang mengalami *bullying* lebih rentan memunculkan ide bunuh diri akibat adanya tekanan dari masalah *bullying* yang tidak mampu diselesaikan memberikan dampak munculnya ide bunuh diri.

Depresi berpengaruh terhadap performa seseorang sehari – hari dan kehidupan sosialnya meningkatkan kemungkinan muncul ide bunuh diri dan percobaan bunuh diri (Izadinia et al., 2010). Tingkat depresi yang semakin parah maka semakin besar peluang munculnya resiko ide bunuh diri (Febrianti & Husniawati, 2021; Windarwati et al., 2022). Beck (dalam Ranieri et al., 1987) menjelaskan bahwa pemikiran orang depresi dicirikan dengan distorsi kognitif yang mana hal ini mengakibatkan pandangan buruk mereka terhadap diri, pengalaman masa lalu dan masa depan. Pandangan negatif terhadap masa depan ini dapat mengarah pada ide bunuh diri. Di masa transisi remaja dengan perkembangan psikologis yang labil, remaja rentan mengalami stress yang erat kaitannya dengan munculnya depresi sampai munculnya ide bunuh diri (Aulia et al. 2020; Zhang et al. 2015). Munculnya depresi dapat berujung pada pikiran untuk bunuh diri ataupun melukai diri (Kurniasari & Rahmasari, 2020). Penelitian Annunida dan Hartini (2022) menemukan bahwa adanya depresi dapat

memperkuat munculnya ide bunuh diri pada remaja dengan orangtua yang bercerai dimana peristiwa bercerai dalam keluarga dapat memunculkan depresi. Penelitian Febrianti dan Husniawati (2021) menjelaskan bahwa tingkat depresi memiliki hubungan yang kuat dengan faktor resiko ide bunuh diri. Depresi dapat dipicu oleh perasaan tertekan, sedih, trauma, situasi stress dan mekanisme coping siswa (Febrianti & Husniawati, 2021). Hal ini didukung dengan penelitian (Ibrahim et al., 2014; Ranieri, et al., 1987) bahwa depresi menjadi prediktor utama dan sindrom paling menonjol terkait ide bunuh diri.

Pada remaja korban *bullying* depresi muncul akibat dari kondisi – kondisi berupa perasaan tertekan, putus asa, merasa sendiri dan tidak berperannya orang disekitar. Selain depresi penelitian Kurniasari, A. D., & Rahmasari, D., (2020) menemukan *bullying* menjadi konflik awal dari munculnya ide bunuh diri. Munculnya ide bunuh diri yang diawali dengan *bullying* kemudian disertai dengan konflik pemicu dan dampak negatifnya kepada korban yaitu merasa tertekan, putus asa, lebih sensitif saat mengalami *bullying* dan merasa sendiri. Penelitian ini menemukan empat faktor yang dianalisis sebagai pemicu munculnya ide bunuh diri pada kedua subjek akibat dampak dari *bullying* yaitu tertekan, perasaan putus asa, merasa sendiri dan kurangnya dukungan sosial.

Tingkat stres memiliki hubungan yang positif dengan munculnya ide bunuh diri pada penelitian Yasyfi et al., (2022) menunjukkan hasil hubungan yang lemah antara tingkat stres dan ide bunuh diri serta makna hubungan yang positif. Penelitian Windarwati et al (2022) menemukan bahwa semakin tinggi tingkat stress maka semakin tinggi ide bunuh diri pada remaja. Stres, kecemasan, dan depresi merupakan kondisi yang erat kaitannya dengan aktivitas remaja dan dekat dengan kehidupan remaja (Windarwati et al. 2022). Tingkat stres berpengaruh terhadap munculnya ide bunuh diri pada remaja karena berpengaruh juga pada kondisi psikologis siswa (Aulia et al. 2020; Yasyfi et al. 2022). Hal ini juga berkaitan dengan kepribadian individu *neuroticism* yang memiliki kecenderungan *suicide ideation* yang relatif tinggi dibandingkan dengan *trait* kepribadian lainnya. Saat dihadapkan dengan situasi yang menekan akan lebih sensitif terhadap stres ataupun menunjukkan emosi negatif yang dapat menyebabkan adanya ide bunuh diri (Mulyana et al. 2021). Hasil ini juga sesuai dengan hasil penelitian Lalenoh et al. (2021) yang menyatakan adanya hubungan signifikan yang positif antara stres dan ide bunuh diri pada mahasiswa. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa semakin rendah stres maka semakin rendah (Windarwati et al. 2022).

Putus asa sudah banyak diteliti terkait usaha bunuh diri (Pratiwi & Undarwati, 2014). Putus asa berkaitan dengan pemecahan masalah yang dialami remaja, dimana remaja atau individu yang memiliki kekurangan dalam memecahkan masalah akan cenderung cepat menyerah dan putus asa (Burton et al, 2011). Kesepian dapat berkontribusi pada munculnya

keputusasaan (Ainunnida & Hartini, 2022). Keputusasaan atau rasa putus asa merupakan dampak dari *bullying*, yang dimana keputusasaan membuat kedua subjek memiliki ide bunuh diri dengan menganggap bahwa yang dilakukan tidak berguna dan dunia tidak membutuhkan mereka (Kurniasari & Rahmasari). Keputusasaan didefinisikan sebagai ekspektasi negatif untuk masa depan (Beck, Kovacs, & Weissman, 1974). Remaja yang tidak memiliki kemampuan cukup baik dalam memecahkan masalah, mereka akan cenderung lebih emosional dan cepat untuk putus asa serta menyerah (Pratiwi & Undarwati, 2014). Hal ini di dukung penelitian Hirsch et al. (2012) yang menyatakan peningkatan kemampuan memecahkan masalah berhubungan dengan penurunan resiko bunuh diri (dalam Chu et al, 2018). Hal ini juga didukung penelitian Bilsen (2018) yang menemukan bahwa remaja yang melakukan bunuh diri memiliki kemampuan memecahkan masalah yang lebih buruk dari teman – teman seusianya.

Penelitian Aulia et al (2020) menemukan ketidakberdayaan menjadi salah satu faktor psikologis yang berpengaruh terhadap ide bunuh diri remaja. Ketidakberdayaan memiliki kontribusi dalam perilaku bunuh diri seseorang (Valentina & Helmi, 2016). Perasaan tidak berdaya merupakan salah satu akibat dari perubahan singkat yang dialami remaja, namun remaja belum siap akan untuk berurusan dengan kerumitan dan ketidakpastian sehingga menimbulkan rasa ketidakberdayaan (Patton et al., 2016). Kondisi depresi yang dialami juga dapat menimbulkan rasa ketidakberdayaan atau *helplessness* (Page et al, 2006). Aulia et al (2020) menyatakan dalam penelitiannya semakin tinggi *hope* atau harapan maka ide bunuh diri akan semakin rendah sedangkan semakin tinggi *hopelessness* atau ketidakberdayaan maka ide bunuh diri juga akan semakin tinggi. Kondisi depresi juga menimbulkan tanda ketidakberdayaan. Ketidakberdayaan mengacu pada sikap menyerah atau berhenti mencoba menyelesaikan tugas atau masalah dikarenakan kegagalan bahkan setelah mencobanya berulang kali (Verma & Gera, 2012).

Kecemasan merupakan salah satu dari faktor psikologis yang dominan yang mempengaruhi remaja dikarenakan stress psikososial yang dialami remaja memiliki bentuk respon yang berbeda – beda salah satunya kecemasan (Aulia et al., 2020). Kecemasan merupakan salah satu faktor utama dalam kasus bunuh diri bersama dengan depresi dan stress (Nguyen et., 2013; Lew et al., 2019). Penelitian Wundarwati menjelaskan bahwa remaja mengalami kecemasan cenderung lebih waspada dan khawatir dengan sesuatu yang belum terjadi. Respon atau reaksi seseorang terhadap stresor psikososial yang dialami berbeda satu dengan yang lainnya salah satunya menunjukkan gejala-gejala kecemasan atau depresi (Aulia et al., 2020). Penelitian Wundarwati et al (2022) menjelaskan remaja merupakan masa dimana individu mencemaskan masa depannya kemudian ditambah dengan tekanan dari

lingkungan sosial serta teman sebayanya membuat mereka mengalami kecemasan. Kecemasan yang alami dan juga emosi yang tidak stabil dapat membuat remaja memiliki pikiran untuk bunuh diri. Hal ini didukung penelitian Kusumayanti et al. (2020) menemukan bahwa sebagian besar remaja mengalami kecemasan parah yang dipengaruhi faktor yang terkait dengan lingkungan sekolah dan akademik. Hal ini didukung dengan penelitian Parris et al. (2018) yang menyatakan kecemasan dan ide bunuh diri memiliki hubungan secara teoritis dan biologis. Menurunkan kecemasan seseorang akan membebaskan keinginan untuk bunuh diri sebagai jalan keluar. Menurut *The Three-Step Theory of Suicide* kecemasan termasuk kedalam kategori variabel yang dapat meningkatkan kapasitas ide bunuh diri menjadi upaya bunuh diri yaitu *acquired* yang mengacu pada pengalaman individu seperti rasa sakit, luka, kecemasan dan kematian (Karisma, 2020).

Neuroticism dianggap sebagai dimensi umum kepribadian yang mendasari gangguan suasana hati dan kecemasan dimana kedua hal ini merupakan faktor resiko bunuh diri (Sareen et al., 2005; Ormel et al., 2013). Penelitian Mulyana et al (2021) menemukan bahwa kepribadian *neuroticism* cenderung memiliki ide bunuh diri dibandingkan *trait* kepribadian lainnya, dimana kepribadian *neuroticism* rentan terhadap stres psikososial dan membuatnya rentan terhadap pemikiran untuk bunuh diri.

Harga diri rendah berkaitan dengan tingkat depresi, keputusan dan ide bunuh diri serta mempunyai kemungkinan mengarah pada percobaan bunuh diri (Overholser et al., 1995). Harga diri rendah yang terungkap dalam penelitian Pratiwi dan Undarwati (2014) adalah merasa tidak berguna, merasa malu, merasa bodoh, merasa serba kurang, iri atas kebahagiaan orang, serta merasa hanya menyusahkan orang lain. Joiner (2005) dalam teori psikologi interpersonalnya menyatakan bahwa dasar dari ide bunuh diri adalah dua pernyataan interpersonal yang negatif salah satunya *burdensomeness* yang merupakan pernyataan bahwa diri seseorang menjadi beban di kehidupan orang lain. Hal ini didukung penelitian Srdanović-Maraš et al. (2011) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara harga diri dengan ide bunuh diri dan percobaan bunuh diri, dimana munculnya ide bunuh diri meningkat ketika harga diri menurun walaupun depresi dan ketidakberdayaan dikontrol. Harga diri tinggi akan menambah pemahaman tentang berharganya kehidupan dan kesediaan dari bunuh diri (Mitsui, et al., 2014). Hal ini juga sesuai dengan penelitian Pratiwi dan Wardani (2019) bahwa semakin rendah harga diri yang dimiliki remaja maka semakin tinggi ide bunuh diri.

Penelitian Ainunnida, K. A., & Hartini menguji kesepian pada remaja dengan orang tua bercerai yang dimoderasi oleh depresi menunjukkan hasil kesepian memiliki hubungan yang signifikan dengan ide bunuh diri serta variabel depresi semakin memperkuat antara

keseريان (*loneliness*) terhadap suicide ideation pada remaja dengan orangtua yang bercerai. Maka semakin individu merasa kesepian, serta adanya depresi yang meningkat maka semakin muncul ide bunuh diri di dalam diri individu. Remaja dengan orangtua yang bercerai, mempunyai hubungan buruk dengan orangtua, keluarga, sahabat, teman akan merasa tidak memiliki dukungan dari orang lain, merasa tertekan dan memikirkan bunuh diri sebagai jalan keluar terbaik. Hasil serupa ditemukan pada penelitian Hilda & Tobing (2021) menemukan terdapat hubungan kesepian dengan ide bunuh diri pada anak – anak panti asuhan yang diakibatkan latar belakang keluarga bermasalah, coping maladaptif, memiliki masalah dalam bersosialisasi dan memiliki perasaan kesepian tinggi, namun sebagian besar remaja di panti asuhan Anak Putra Utama 3 Jakarta rata – rata memiliki kesepian rendah dan tidak berisiko mempunyai ide bunuh diri dikarenakan peran pengasuh dan teman – teman di panti asuhan yang mengobati perasaan kesepian mereka. Kesepian merupakan faktor prediktor penting terhadap ide bunuh diri dan perilaku bunuh diri berdasarkan teori psikologi interpersonal Joiner, dimana kesendirian (*loneliness*) merupakan bagian dari *thwarted belongingness* atau keadaan individu merasa terasing dan sendirian dalam menjalani kehidupan. Dalam teori psikologi interpersonal, jika *thwarted belongingness* dan *perceived burdensomeness* muncul maka keinginan untuk bunuh diri berkembang (Van Orden et al. 2012). Penelitian Aulia et al (2020) menemukan faktor penyalahgunaan narkoba termasuk faktor resiko psikologis yang dominan munculnya ide bunuh diri pada remaja. Penyalahgunaan narkoba dapat berdampak pada aspek psikologis seperti perasaan tertekan, cenderung menyakiti diri, perasaan tidak aman, bahkan bunuh diri, gangguan mental, merepotkan dan menjadi beban keluarga serta masa depan suram (Adam, 2012). Hal ini sesuai dengan penelitian Lynch et al. (2020) yang menyatakan bahwa semua jenis gangguan penggunaan narkoba memiliki hubungan signifikan dengan ide bunuh diri.

SIMPULAN

Hasil kajian literatur dalam tulisan ini memberikan gambaran faktor – faktor internal psikologis munculnya ide bunuh diri pada remaja meliputi perasaan tertekan, keputusasaan, *bullying*, harga diri rendah, kepribadian *neuroticism*, kecemasan, tingkat depresi, stress, kesepian (*loneliness*) dan ketidakberdayaan. Limitasi dari kajian literatur ini adalah jumlah jurnal yang terbatas, dimana jurnal – jurnal yang membahas mengenai faktor psikologis yang terkait ide bunuh diri remaja di Indonesia masih sangat terbatas. Penelitian lebih lanjut diharapkan mampu menelaah terkait faktor psikologis terhadap ide bunuh diri remaja di Indonesia dengan menambah jumlah artikel penelitian dan variasi

faktor psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, S. (2012). Dampak narkoba pada psikologi dan kesehatan masyarakat. *Jurnal Health and Sport*, 5(2).
- Ainunnida, K. A., & Hartini, N. (2022). Hubungan antara kesepian dengan ide bunuh diri yang dimoderasi oleh depresi pada remaja dengan orang tua bercerai. *Berajah Journal*, 2(3), 647-660. <https://doi.org/10.47353/bj.v2i3.142>
- Aulia, N., Yulastri, Y., & Sasmita, H. (2020). Faktor Psikologi Sebagai Risiko Utama Ide Bunuh Diri pada Remaja di Kota Rengat Kabupaten Indragiri Hulu. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES"(Journal of Health Research "Forikes Voice")*, 11, 48-52. <https://doi.org/10.33846/sf11nk110>
- Beck, A. T., Kovacs, M., & Weissman, A. (1975). Hopelessness and suicidal intention: an overview. *Journal of the American Medical Association*, 234, 1146- 1149.
- Bilsen J. (2018). Suicide and Youth: Risk Factors. *Frontiers in psychiatry*, 9, 540. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2018.00540>
- Burton, C. Z., Vella, L., Weller, J. A., & Twamley, E. W. (2011). Differential effects of executive functioning on suicide attempts. *The Journal of neuropsychiatry and clinical neurosciences*, 23(2), 173–179. <https://doi.org/10.1176/jnp.23.2.jnp173>
- Cha, C. B., Franz, P. J., M Guzmán, E., Glenn, C. R., Kleiman, E. M., & Nock, M. K. (2018). Annual Research Review: Suicide among youth - epidemiology, (potential) etiology, and treatment. *Journal of child psychology and psychiatry, and allied disciplines*, 59(4), 460–482.
- Chu, C., Walker, K. L., Stanley, I. H., Hirsch, J. K., Greenberg, J. H., Rudd, M. D., & Joiner, T. E. (2018). Perceived problem-solving deficits and suicidal ideation: Evidence for the explanatory roles of thwarted belongingness and perceived burdensomeness in five samples. *Journal of personality and social psychology*, 115(1), 137–160.
- Davies, T., & Craig, T. (2009). *ABC Kesehatan Mental*. Jakarta: EGC.
- Gvion, Y., & Apter, A. (2012). Suicide and suicidal behavior. *Public Health Reviews*, 34(2), 1–20. <https://doi.org/10.1007/BF03391677>.
- Hadriami, E. (2006) .Keputusan dan Bunuh Diri. *Psikodimensia*, 5(2): 207-214
- Hall, G, Stanley. (1904). Its Psychology and its Relations to Physiology, Anthropology, *Sociology, Sex, Crime, Religion and Education* Vol.2. New York. <http://psychclassics.yorku.ca/Hall/Adolescence/chap17.htm>
- Hilda, D., & Tobing, D. L. (2021). Hubungan Kesepian Dengan Ide Bunuh Diri Pada Remaja

- Di Panti Sosial Asuhan Anak Putra Utama 3 Jakarta. *Jurnal Profesi Keperawatan (JPK)*, 8(2), 224-233.
- Hirsch JK, Chang EC, Jeglic EL. (2012). Social problem solving and suicidal behavior: Ethnic differences in the moderating effects of loneliness and life stress. *Archives of Suicide Research*. 16(4): 303–315. [PubMed: 23137220]
- Ibrahim, N., Amit, N., & Suen, M., W., Y. (2014) Psychological factors as predictors of suicidal ideation among adolescents in Malaysia. *PLoS One* 9(10): e110670.
- Idham, A. F., Sumantri, M. A., & Rahayu, P. (2019). Ide dan Upaya Bunuh Diri pada Mahasiswa. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 11(3), 177–183
- Izadinia, N., Amiri, M., Jahromi, R. G., & Hamidi, S. (2010). A study of relationship between suicidal ideas, depression, anxiety, resiliency, daily stresses and mental health among Tehran university students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 5, 1615–1619. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro>.
- Jatmiko, I., Fitryasari, R., & Tristiana, R. D. (2021). Analysis of the Risk Factors Related to Suicide Idea Among Adolescent : A Literature Review. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(2), 361–374.
- Joiner T. E. (2005). *Why people die by suicide*. Harvard University Press. Retrieved December 12 2022 from <https://archive.org/details/whypeoplediebysu0000join>.
- Karisma, P. (2020). Gambaran pengembangan ide bunuh diri menuju upaya bunuh diri. *Widya Cakra: Journal Of Psychology And Humanities*, 1(1), 29-33.
- Korczak, D. J., & Canadian Paediatric Society, Mental Health and Developmental Disabilities Committee (2015). Suicidal ideation and behaviour. *Paediatrics & child health*, 20(5), 257–264.
- Kurniasari, A. D., & Rahmasari, D. (2020). Ide Bunuh Diri pada Korban Bullying. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(3), 117-122. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/36075>
- Kusumayanti, N. K. D. W., Swedarma, K. E., & Nurhesti, P. O. Y. (2020). Hubungan Faktor Psikologis Dengan Risiko Bunuh Diri Pada Remaja Sma Dan Smk Di Bangli Dan Klungkung. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 8(2), 124.
- Lalenoh, G. A., Zega, I. B. P. N., Yuni, I. F., Florensa, A., & Anggraini, M. T. S. N. (2021). The relationship between stress levels and suicide ideation in college students. *Nursing Current*, 9(1), 89–101.
- Lazarus, R. S. (1993). Why we should think of stress as a subset of emotion. In L. Goldberger & S. Breznitz (Eds.), *Handbook of stress: Theoretical and clinical aspects* (pp. 21–39).
- Lew, B., Huen, J., Yu, P., Yuan, L., Wang, D. F., Ping, F., Abu Talib, M., Lester, D., & Jia, C. X.

- (2019). Associations between depression, anxiety, stress, hopelessness, subjective well-being, coping styles and suicide in Chinese university students. *PLoS one*, *14*(7), e0217372. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0217372>
- Lovell, J. L., & White, J. L. (2019). *The Troubled Adolescent: Challenges and Resilience within Family and Multicultural Context* (2nd ed.). New York: Routledge.
- Lynch, F. L., Peterson, E. L., Lu, C. Y., Hu, Y., Rossom, R. C., Waitzfelder, B. E., Owen-Smith, A. A., Hubley, S., Prabhakar, D., Keoki Williams, L., Beck, A., Simon, G. E., & Ahmedani, B. K. (2020). Substance use disorders and risk of suicide in a general US population: a case control study. *Addiction science & clinical practice*, *15*(1), 14.
- Mallo, H., & Ronda, D. (2010). Analisis Faktor Penyebab Utama Kecenderungan Bunuh Diri di Kalangan Remaja yang Berusia 15-17 Tahun di Makassar. *Jurnal Jaffray*, *8*(1), 35-43.
- Maraš, J. S., Dukić, O., Marković, J., & Biro, M. (2011). Family and individual factors of suicidal ideation in adolescents. *Psihologija*, *44*(3), 245–260. <https://doi.org/10.2298/PSI1103245S>
- Mento, C., Silvestri, M. C., Muscatello, M. R. A., Rizzo, A., Celebre, L., Bruno, A., & Zoccali, A. R. (2020). Psychological pain and risk of suicide in adolescence. *International journal of adolescent medicine and health*, *34*(3), 10.1515/ijamh-2019-0270. <https://doi.org/10.1515/ijamh-2019-0270>
- Miller, A. B., & Prinstein, M. J. (2019). Adolescent Suicide as a Failure of Acute Stress-Response Systems. *Annual review of clinical psychology*, *15*, 425–450. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-050718-095625>
- Mitsui, N., Asakura, S., Shimizu, Y., Fujii, Y., et al. (2014). The association between suicide risk and self-esteem in Japanese university students with major depressive episodes of major depressive disorder. *Neuropsychiatr Dis Treat*, *14*(10): 811–816.
- Mubasyiroh, R., Putri, I. Y. S., dan Tjandrarini, D. H. (2017). Determinan gejala mental emosional pelajar SMP-SMA di Indonesia tahun 2015. *Buletin Penelitian Kesehatan*, *45*(2), 103-112.
- Mulyana, F. I., Christanti, F. D., & Mulya, H. C. (2021). Perbedaan Suicide Ideation pada Remaja Ditinjau dari Big Five Personality Traits. *EXPERIENTIA: Jurnal Psikologi Indonesia*, *9*(1), 50-62.
- Nguyen, D. T., Dedding, C., Pham, T. T., Wright, P., & Bunders, J. (2013). Depression, anxiety, and suicidal ideation among Vietnamese secondary school students and proposed solutions: a cross-sectional study. *BMC public health*, *13*, 1195. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-1195>

- Offord, D. R., & Kraemer, H. C. (2000). Risk factors and prevention. *Evidence-Based Mental Health, 3*(3), 70–71. <https://doi.org/10.1136/ebmh.3.3.70>
- Onie, S. et al. (2022). Indonesian National Suicide Prevention Strategy 2022: A Preliminary Report. <https://doi.org/10.31234/osf.io/xhqgm>
- Opong Asante, K., Kugbey, N., Osafo, J., Quarshie, E. N., & Sarfo, J. O. (2017). The prevalence and correlates of suicidal behaviours (ideation, plan and attempt) among adolescents in senior high schools in Ghana. *SSM - population health, 3*, 427–434.
- Ormel, J., Jeronimus, B. F., Kotov, R., Riese, H., Bos, E. H., Hankin, B., Rosmalen, J. G. M., & Oldehinkel, A. J. (2013). Neuroticism and common mental disorders: meaning and utility of a complex relationship. *Clinical psychology review, 33*(5), 686–697. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2013.04.003>
- Overholser, J. C., Adams, D. M., Lehnert, K. L., & Brinkman, D. C. (1995). Self-esteem deficits and suicidal tendencies among adolescents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 34*(7), 919–928.
- Page, R. M., Yanagishita, J., Suwanteerangkul, J., Zarco, E. P., Mei-Lee, C., & Miao, N. F. (2006). Hopelessness and loneliness among suicide attempters in school-based samples of Taiwanese, Philippine and Thai adolescents. *School Psychology International, 27*(5), 583–598. <https://doi.org/10.1177/0143034306073415>
- Parris, M. S., Marver, J. E., Chaudhury, S. R., Ellis, S. P., Metts, A. V., Keilp, J. G., Burke, A. K., Oquendo, M. A., Mann, J. J., & Grunebaum, M. F. (2018). Effects of anxiety on suicidal ideation: exploratory analysis of a paroxetine versus bupropion randomized trial. *International clinical psychopharmacology, 33*(5), 249–254.
- Patton, G. C., Sawyer, S. M., Santelli, J. S., Ross, D. A., Afifi, R., Allen, N. B., Arora, M., Azzopardi, P., Baldwin, W., Bonell, C., Kakuma, R., Kennedy, E., Mahon, J., McGovern, T., Mokdad, A. H., Patel, V., Petroni, S., Reavley, N., Taiwo, K., Waldfogel, J., ... Viner, R. M. (2016). Our future: a Lancet commission on adolescent health and wellbeing. *Lancet (London, England), 387*(10036), 2423–2478. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)00579-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)00579-1)
- Pertiwi, N. F., & Wardani, I. Y. (2019). Harga Diri Remaja dan Pola Asuh Orangtua Sebagai Faktor Protektif Ide Bunuh Diri. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal, 9*(3), 301–310.
- Pratiwi, J., & Undarwati, A. (2014). Suicide Ideation Pada Remaja Di Kota Semarang. *Developmental and Clinical Psychology, 3*(1).
- Ranieri, W. F., Steer, R. A., Lavrence, T. I., Rissmiller, D. J., Piper, G. E., & Beck, A. T. (1987). Relationships of depression, hopelessness, and dysfunctional attitudes to suicide

- ideation in psychiatric patients. *Psychological reports*, 61(3), 967–975.
- Sareen, J., Houlahan, T., Cox, B. J., & Asmundson, G. J. (2005). Anxiety disorders associated with suicidal ideation and suicide attempts in the National Comorbidity Survey. *The Journal of nervous and mental disease*, 193(7), 450–454. <https://doi.org/10.1097/01.nmd.0000168263.89652.6b>
- Stoep, A. V., McCauley, E., Flynn, C., & Stone, A. (2009). Thoughts of death and suicide in early adolescence. *Suicide & life-threatening behavior*, 39(6), 599–613. <https://doi.org/10.1521/suli.2009.39.6.599>
- Valentina, T. D., & Helmi, A. F. (2016). Ketidakberdayaan dan Perilaku Bunuh Diri : Meta-Analisis. *Buletin Psikologi*, 24(2), 123–135. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.18175>
- Van Orden, K. A., Cukrowicz, K. C., Witte, T. K., & Joiner, T. E., Jr. (2012). Thwarted belongingness and perceived burdensomeness: Construct validity and psychometric properties of the Interpersonal Needs Questionnaire. *Psychological Assessment*, 24(1), 197–215.
- VandenBos, G. R. (Ed.). (2015). *APA dictionary of psychology* (2nd ed.). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14646-000>
- Verma, S., & Gera, M. (2014). Learned Helplessness in Adolescents. *International Journal of Science and Research (IJSR)*, 3(7), 930–932.
- Windarwati, H. D., Lestari, R., Wicaksono, S. A., Kusumawati, M. W., Ati, N. A. L., Ilmy, S. K., Sulaksono, A. D., & Susanti, D. (2022). Relationship between stress, anxiety, and depression with suicidal ideation in adolescents. *Jurnal Ners*, 17(1).
- World Health Organization. (2021). *Suicide worldwide in 2019: global health estimates*. Geneva: World Health Organization. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO
- Yasyfi, N., Dwi Lestari, D., Nurlaela, N., & Paramitha, H. (2022). Korelasi antara Tingkat Stres Terhadap Kejadian Munculnya Ide Bunuh Diri pada Siswa SMA X di Kabupaten Banyumas. *Medical And Health Journal*, 2(1), 112–121
- Zhang W-C, Jia C-X, Zhang J-Y, Wang L-L, Liu X-C. (2015). Negative life events and attempted suicide in Rural China. *PLoS One*. 2015;10(1).