

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Mahasiswa adalah individu yang sedang menjalani proses pendidikan di jenjang perguruan tinggi baik yang diselenggarakan oleh pemerintah maupun swasta, termasuk lembaga lain yang setara (Sari & Sylvia, 2020). Umumnya, mahasiswa berada pada tahap perkembangan dewasa awal, yaitu usia antara 19 hingga 25 tahun di mana dalam periode ini mereka memiliki tanggung jawab penting untuk mempersiapkan diri menuju kedewasaan sepenuhnya (Hulukati & Rizki, 2018). Tahap dewasa awal merupakan periode di mana individu mulai mencari jati diri dan berupaya untuk meneguhkan identitas pribadinya. Masa ini kerap ditandai dengan berbagai tantangan, seperti tekanan emosional, kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial, munculnya komitmen, ketergantungan, serta perubahan nilai dan gaya hidup. Individu yang telah memasuki usia dewasa juga menghadapi peningkatan tanggung jawab serta peran yang lebih kompleks dalam kehidupannya (Putri, 2018). Salah satu tanggung jawab penting di masa ini adalah menentukan arah pendidikan, termasuk memilih perguruan tinggi yang sesuai.

Banyak faktor yang memengaruhi mahasiswa dalam memilih pendidikan tingginya, seperti program studi yang ditawarkan, biaya pendidikan, lokasi, serta sarana prasarana yang tersedia (Budi *et al.*, 2019). Selain itu, kelompok referensi, motivasi, keluarga dan citra lembaga juga menjadi pertimbangan penting dalam keputusan tersebut (Puspitasari & Patrikha, 2018). Salah satu faktor penting dalam proses pengambilan keputusan pendidikan adalah kesesuaian antara jurusan yang diminati dengan ketersediaan program studi di perguruan tinggi. Sebelum menentukan pilihan, mahasiswa biasanya mempertimbangkan sejumlah aspek termasuk lokasi kampus. Tidak sedikit di antara mereka yang memilih untuk menempuh pendidikan di luar daerah asal, sehingga berstatus sebagai mahasiswa rantau.

Mahasiswa rantau merupakan individu yang melanjutkan pendidikan tinggi di daerah lain di luar daerah asalnya baik antar kota, antar provinsi ataupun lintas pulau dengan tujuan memperoleh pendidikan yang lebih baik. Menurut Devinta, mahasiswa rantau adalah individu yang berasal dari latar budaya yang tidak sama dengan lingkungan tempat mereka menempuh pendidikan. Kehadiran mereka di wilayah baru biasanya bertujuan untuk menjalani studi dalam jangka waktu tertentu, dengan motivasi utama menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi yang telah dipilih (Devinta, 2015). Menyesuaikan diri dengan lingkungan dan budaya yang berbeda kerap menjadi tantangan bagi mahasiswa rantau. Sebagian besar dari mereka mengalami hambatan dalam berinteraksi sosial dan beradaptasi karena adanya perbedaan kebiasaan dan budaya dengan masyarakat setempat, oleh karena itu penting bagi mahasiswa rantau untuk mempelajari serta memahami karakter dan perilaku masyarakat lokal guna mempermudah proses penyesuaian diri (Salwa T.S & Rini R, 2023).

Mahasiswa rantau di Indonesia mengalami pertumbuhan signifikan. Tahun 2022, terdapat sekitar 9,32 juta mahasiswa terdaftar di seluruh perguruan tinggi dengan banyak yang merantau untuk pendidikan (Databoks, 2022). Menurut Data Statistik Pendidikan Tinggi Indonesia tahun 2020, mahasiswa di Indonesia mencapai 8.483.213 mahasiswa di mana Pulau Jawa menjadi wilayah dengan jumlah mahasiswa tertinggi yaitu sebanyak 5.072.405 mahasiswa. Salah satu kota di Pulau Jawa yang menjadi tujuan favorit mahasiswa rantau untuk melanjutkan pendidikannya yaitu di Kota Bandung yang terletak di Provinsi Jawa Barat. Menurut data dari Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat tahun 2021, pada tahun 2020 Kota Bandung tercatat memiliki jumlah perguruan tinggi terbanyak di provinsi tersebut, yakni terdiri dari 10 perguruan tinggi negeri dan 109 perguruan tinggi swasta. Selain itu, Provinsi Jawa Barat menduduki peringkat kedua secara nasional dalam hal jumlah mahasiswa terbanyak, yaitu sebanyak 751.785 orang, dengan 250.132 di antaranya menempuh pendidikan di Kota Bandung. Data ini memperlihatkan bahwa Bandung merupakan salah satu kota yang banyak dipilih oleh mahasiswa, termasuk yang berasal dari luar

Pulau Jawa, sebagai tempat melanjutkan pendidikan tinggi mereka (BPS Jawa Barat, 2021).

Kota Bandung yang menjadi salah satu tujuan utama mahasiswa untuk melanjutkan pendidikan tidak hanya menawarkan kesempatan akademik yang luas, tetapi juga menjadi tantangan baru bagi mahasiswa terutama mahasiswa yang merantau. Di balik keputusan untuk meninggalkan kampung halaman dan menjalani kehidupan di tempat yang berbeda, mahasiswa rantau sering kali dihadapkan pada berbagai dinamika dan tantangan yang lebih kompleks baik secara fisik, sosial maupun psikologis. Tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa rantau umumnya lebih kompleks dibandingkan dengan mahasiswa yang tinggal di daerah asalnya.

Mahasiswa rantau sering menghadapi tantangan fisik seperti tidak teraturnya pola makan, asupan gizi yang kurang, serta adaptasi terhadap lingkungan baru yang dapat menurunkan sistem kekebalan tubuh sehingga meningkatkan kerentanan terhadap berbagai penyakit termasuk gastritis. Penelitian di Universitas Samudra menunjukkan bahwa 62% mahasiswa jarang makan tiga kali sehari, 60% jarang sarapan, dan 55% memiliki pola tidur tidak teratur akibat tugas kuliah. Selain itu, 62,5% mahasiswa jarang berolahraga, yang menyebabkan kelelahan fisik dan berdampak buruk pada kesehatan mereka (Bayti *et al.*, 2021).

Tantangan sosial pada mahasiswa rantau yaitu mereka perlu memahami serta menyesuaikan diri dengan norma dan etika yang berlaku di lingkungan barunya, terutama yang berkaitan dengan nilai-nilai dalam kehidupan sosial. Mereka juga harus beradaptasi dengan berbagai perubahan dan perbedaan dalam aspek kehidupan seperti gaya hidup, cara berinteraksi, budaya, bahasa, serta tanggung jawab terhadap perilaku yang dituntut oleh lingkungan tersebut. Proses penyesuaian terhadap berbagai perbedaan ini seringkali menjadi hal yang tidak mudah bagi mahasiswa rantau (Lestari, 2023). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Lawrence & Mudzakkir (2024) Mahasiswa pada saat pertama kali merantau, kebanyakan dari mereka mengalami keterkejutan

budaya atau gegar budaya, mulai dari iklim cuaca, bahasa yang berbeda, kebiasaan atau budaya yang berbeda.

Mahasiswa rantau menghadapi tantangan psikologis seperti *homesick*, *overthinking* dan kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru. Peralihan fase dan tuntutan dari lingkungan membuat banyak mahasiswa kesulitan menjalani kegiatan sehari-hari. Ketidakhadiran keluarga, sulitnya mendapat teman yang berasal dari daerah yang sama dan sulitnya memiliki teman dengan keyakinan yang sama membuat mahasiswa rantau sering kali merasa kesepian serta tekanan dari proses penyesuaian dengan lingkungan baru menjadi penyebab mahasiswa rantau mengalami stress (Hediati & Nawangsari, 2020). Penelitian oleh Utami dan Pratisti (2018) menunjukkan bahwa mahasiswa rantau menghadapi masalah kepercayaan diri, kekhawatiran terhadap nilai kuliah, kesulitan menjalin hubungan yang mengakibatkan mahasiswa menutup diri serta masalah dalam mengatur keuangan. Selain itu, *homesick* atau perasaan rindu yang mendalam kepada keluarga sering membuat mahasiswa merasa sedih berkepanjangan (Utami & Pratisti, 2018).

Kondisi-kondisi tersebut jika terus berlanjut dapat memicu masalah psikologis yang lebih tinggi pada mahasiswa rantau. Tekanan untuk beradaptasi dengan lingkungan baru, menjalankan tanggung jawab akademik dan mengelola kebutuhan sehari-hari tanpa dukungan langsung dari keluarga dapat memperburuk keadaan. Tekanan yang berlebihan pada sebagian mahasiswa dapat meningkatkan risiko munculnya masalah kesehatan mental seperti stres berat, kecemasan hingga depresi (Hastuti & Baiti, 2019). Stres berat dan kecemasan yang dialami mahasiswa rantau jika tidak dikelola dengan baik, dampaknya dapat meluas hingga pada gangguan kesehatan mental yang lebih serius. Perasaan sedih yang berkepanjangan, isolasi sosial serta tekanan hidup yang terus-menerus dapat meningkatkan risiko munculnya pikiran untuk menyakiti diri sendiri sehingga berisiko untuk melakukan bunuh diri. Penelitian menunjukkan bahwa perasaan tidak mampu menyesuaikan diri dan keterasingan sosial dapat berpengaruh pada peningkatan risiko depresi berat dan risiko bunuh diri (Mandasari & Tobing, 2020).

Risiko bunuh diri merupakan perilaku destruktif diri yaitu setiap aktifitas yang jika tidak dicegah dapat mengarah kepada kematian (Stuart dalam Andriastutia *et al.*, 2022). Stuart menjelaskan bahwa bunuh diri terdiri dari beberapa tahapan, yaitu mulai dari munculnya ide untuk mengakhiri hidup, penyusunan rencana bunuh diri, upaya atau percobaan bunuh diri, hingga tindakan bunuh diri yang berhasil dilakukan. Tahap awal yang sering terjadi adalah munculnya ide bunuh diri yang apabila tidak segera ditangani dapat berkembang menjadi ancaman serius terhadap keselamatan individu. Ancaman bunuh diri merupakan fase kedua dalam rangkaian perilaku bunuh diri yang ditandai dengan adanya sinyal atau peringatan akan keinginan untuk mengakhiri hidup. Sinyal ini bisa disampaikan secara langsung melalui ucapan maupun secara tidak langsung lewat tindakan atau gestur tertentu. Jika tidak mendapat penanganan yang tepat, tahap ini dapat berkembang menjadi percobaan bunuh diri yaitu fase ketiga, di mana individu mulai melakukan tindakan menyakiti diri secara fisik seperti melukai tubuh dengan benda tajam, mencoba menggantung diri dan sebagainya. Bila kondisi ini terus berlanjut tanpa intervensi, maka dapat berakhir pada tahap terakhir, yakni bunuh diri yang berhasil (*completed suicide*), di mana individu benar-benar kehilangan nyawanya (Stuart, 2013 dalam Panjaitan *et al.*, 2023).

Risiko bunuh diri dikategorikan menjadi tiga tingkat risiko yaitu rendah, sedang dan tinggi berdasarkan intensitas niat dan tindakan individu. Risiko rendah umumnya belum pernah memiliki pikiran bunuh diri atau hanya memiliki pemikiran sekilas tanpa niat atau rencana yang jelas. Risiko sedang ditandai dengan munculnya pemikiran bunuh diri yang muncul sesekali atau kadang-kadang tetapi belum mengarah pada rencana yang kuat. Risiko tinggi ditandai dengan munculnya ide bunuh diri yang lebih sering, adanya niat yang kuat atau memiliki riwayat percobaan bunuh diri sebelumnya (Osman *et al.*, 2001 dalam Samira & Irgy, 2022).

Risiko bunuh diri pada mahasiswa dapat berdampak pada aspek akademik, aspek emosional, sosial dan kesehatan mereka secara keseluruhan. Berdasarkan aspek akademik, mahasiswa yang memiliki ide atau melakukan percobaan

bunuh diri sering mengalami penurunan konsentrasi, kesulitan menyelesaikan tugas, absensi yang tinggi, hingga risiko kehilangan semester yang semuanya dapat berujung pada penurunan prestasi akademik (Panjaitan *et al.*, 2023). Secara emosional, mahasiswa yang mengalami krisis ini sering menghadapi kecemasan, depresi dan perasaan kehilangan harapan yang berkepanjangan yang dapat memengaruhi motivasi dan kualitas hidup mereka. Dari aspek sosial, mereka berisiko menghadapi isolasi atau stigma dari lingkungan sekitar, yang dapat memperburuk perasaan terasing dan memutus dukungan dari teman maupun keluarga (Panjaitan *et al.*, 2023). Selain itu, berdampak pada kesehatan fisik, baik secara langsung akibat tindakan menyakiti diri sendiri, maupun secara tidak langsung karena gangguan pola hidup seperti kurang tidur, pola makan tidak teratur, atau kurangnya aktivitas fisik (Safari, 2020).

Kasus bunuh diri pada mahasiswa rantau di Indonesia khususnya di Bandung menunjukkan urgensi perhatian terhadap kesehatan mental mahasiswa yang jauh dari keluarga. Salah satu kasus terjadi pada Agustus 2021, seorang mahasiswa program magister Teknik Sipil Institut Teknologi Bandung (ITB) berinisial AN yang berasal dari Madura ditemukan tewas gantung diri di kamar indekosnya di kawasan Cisitu Lama, Bandung. Sebuah surat yang ditemukan di lokasi kejadian berisi permintaan maaf kepada keluarga, menunjukkan adanya tekanan psikologis yang dialami korban sebelum kejadian (Detik, 2021). Kasus serupa terjadi pada Juni 2024, ketika seorang mahasiswa Telkom University berinisial MJI (23) asal Denpasar, Bali, ditemukan meninggal dunia dengan cara yang sama di kamar kostnya di Kecamatan Dayeuhkolot, Kabupaten Bandung. Surat yang ditinggalkan korban menyiratkan adanya permasalahan pribadi yang berat (Kompas, 2024). Selain itu, pada November 2024, seorang mahasiswa Fakultas Teknik Lingkungan ITB berinisial JAA (18) diduga bunuh diri dengan melompat dari lantai 27 Apartemen Pinewood di Jatinangor. Sebelum kejadian, korban sempat mengeluhkan tekanan akademik yang berat (Kompas, 2024). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Shalsabila & Utami yang melibatkan 239 mahasiswa rantau, ditemukan bahwa 53,1% tidak memiliki ide bunuh diri, sementara 46,9% memiliki ide bunuh diri kuat

(Salshabila & Panjaitan, 2019). Sementara itu, penelitian lain dengan 125 mahasiswa rantau menunjukkan bahwa 4% berada dalam kategori sangat tinggi, 40% dalam kategori tinggi, 20% dalam kategori sedang, 27,2% dalam kategori rendah dan 8,8% dalam kategori sangat rendah (Alexandra & Raharjo, 2025).

Bunuh diri pada mahasiswa sering kali dipicu oleh berbagai faktor stresor yang bersumber dari tekanan akademik, kesulitan dalam beradaptasi dengan kehidupan kampus, masalah keuangan dan konflik pribadi. Minimnya dukungan dari teman sebaya serta lemahnya dukungan yang diberikan oleh keluarga dapat menjadi faktor yang memperbesar risiko seseorang untuk melakukan bunuh diri (Goncalves *et al.*, 2014 dalam Ainunnida, K. A., 2022). Selain itu menurut Kurniasari & Rahmasari (2020) menyebutkan tiga faktor utama bunuh diri yaitu tekanan, perasaan putus asa dan kurangnya dukungan sosial. Tekanan yang dihadapi oleh individu, terutama mahasiswa bisa datang dari berbagai sumber seperti tekanan akademik, masalah personal, atau konflik dengan teman dan keluarga. Rasa putus asa muncul ketika individu merasa tidak ada jalan keluar atau solusi atas permasalahan yang mereka hadapi. Sedangkan, kurangnya dukungan sosial memperburuk keadaan karena individu merasa terisolasi dan kesulitan mencari bantuan.

Menghadapi kondisi-kondisi tersebut, keberadaan dukungan menjadi sangat penting sebagai faktor perlindungan yang dapat mencegah individu terjebak dalam keputusan. Penting adanya dukungan psikologis, dukungan lingkungan, peningkatan spiritual dan dukungan sosial untuk mencegah meningkatnya risiko bunuh diri atau kejadian percobaan bunuh diri (Wusqa & Noviyanti, 2022). Dukungan sosial memegang peranan penting dalam membantu individu menghadapi tantangan dalam kehidupan pribadinya. Bentuk dukungan ini mampu menyediakan sumber daya emosional dan psikologis yang diperlukan seseorang untuk tetap bertahan serta mengatasi berbagai kesulitan. Individu yang mendapatkan dukungan sosial umumnya akan merasa dicintai, diperhatikan, serta dihargai oleh lingkungannya (Mutmainah, 2022).

Dukungan sosial adalah persepsi individu terhadap sejumlah orang yang dapat diandalkan saat individu membutuhkan bantuan (Ibda, 2023). Dukungan sosial juga dapat diperoleh dari lingkungan keluarga, teman dan *signifikan others* yang dapat memberikan perhatian, penghargaan, rasa nyaman dan bagaimana suatu individu diterima dalam satu kelompok atau oleh individu lain (Setyawan & Kamsih, 2024). Dukungan sosial teman sebaya memegang peranan yang sangat penting pada mahasiswa rantau dikarenakan teman sebaya sering kali menjadi pengganti keluarga yang berada jauh di kampung halaman dan mereka menyediakan ruang untuk berbagi perasaan, masalah serta memberikan saran atau dukungan emosional yang sangat dibutuhkan (Rohmatun 2024).

Teman sebaya merupakan individu yang berada pada tahap perkembangan yang serupa, sehingga tekanan atau stres yang mereka alami cenderung memiliki kesamaan. Menurut Sopha *et al.* (2023), teman sebaya merupakan lingkaran pertemanan yang biasanya terdiri dari individu-individu yang berada dalam rentang usia dan latar sosial yang sama. Kebutuhan untuk bersosialisasi mendorong seseorang untuk mencari lingkungan yang mendukung keinginannya dalam berinteraksi, saling memahami, dan menerima satu sama lain. Teman sebaya juga dapat makna sebagai rekan, sahabat atau individu yang sama-sama memiliki aktivitas dan tujuan yang sama. Teman yang memberikan perhatian, empati, dan dukungan yang tidak menghakimi dapat mengurangi tingkat stres yang dialami mahasiswa dan membantu mereka untuk tetap bertahan menghadapi kesulitan (Stevenson & Carr, 2018).

Menurut House dalam Jenira (2019), dukungan sosial dari teman sebaya dapat dikategorikan ke dalam empat jenis yaitu dukungan emosional, penghargaan, informasional, dan instrumental. Dukungan emosional mencakup rasa peduli, empati serta perhatian yang diberikan sehingga individu merasa dihargai dan dicintai. Dukungan penghargaan ditunjukkan melalui dorongan, penerimaan positif, serta pengakuan yang mampu memperkuat kepercayaan diri. Dukungan informasional berupa saran, arahan, atau petunjuk yang diberikan secara konstruktif untuk membantu individu menyelesaikan



permasalahan. Sementara itu, dukungan instrumental merujuk pada bentuk bantuan langsung, seperti memberikan pinjaman barang atau membantu memenuhi kebutuhan sehari-hari.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam mencegah risiko bunuh diri. Penelitian yang dilakukan oleh Salsabihilla & Panjaitan (2019) mengungkapkan bahwa dukungan sosial yang tinggi berfungsi sebagai faktor protektif terhadap risiko bunuh diri. Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial dari lingkungan sekitar dapat meningkatkan risiko mahasiswa untuk terlibat dalam berbagai tahap perilaku bunuh diri, mulai dari ancaman hingga percobaan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Zamroji & Wita (2023) mengungkapkan adanya hubungan antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan munculnya ide bunuh diri. Korelasi negatif yang ditemukan menunjukkan bahwa semakin rendah tingkat dukungan sosial dari teman sebaya, maka semakin besar kecenderungan individu untuk memiliki pikiran atau keinginan mengakhiri hidup. Sebaliknya, dukungan yang tinggi dari teman sebaya cenderung menjadi faktor protektif yang mencegah individu melakukan tindakan yang membahayakan dirinya sendiri.

Peneliti melakukan studi pendahuluan ke Universitas Bhakti Kencana Bandung. Berdasarkan data yang diperoleh dari Biro Akademik dan Kemahasiswaan Universitas Bhakti Kencana ditemukan hasil jumlah mahasiswa rantau yang aktif dari semua fakultas sebanyak 356 mahasiswa. Peneliti juga melakukan wawancara ke Bagian Layanan Konseling Mahasiswa Universitas Bhakti Kencana dan di dapatkan bahwa sebanyak 6-7 mahasiswa memiliki risiko bunuh diri. Peneliti kemudian melakukan studi pendahuluan ke Universitas Muhammadiyah Bandung. Peneliti melakukan wawancara dengan Kepala Bagian Sistem Informasi Universitas Muhammadiyah Bandung dan berdasarkan data yang diperoleh jumlah mahasiswa rantau yang aktif dari semua fakultas sebanyak 433 mahasiswa. Selain itu, peneliti juga melakukan wawancara dengan Kepala Unit Layanan Pemeriksaan Psikologi Universitas Muhammadiyah Bandung yang mengungkapkan bahwa dalam satu bulan

terdapat 4-5 mahasiswa yang menjalani konseling dan memiliki risiko bunuh diri. Meskipun tidak setiap bulan selalu ada, tetapi kasus tersebut tetap ada dari waktu ke waktu.

Peneliti selanjutnya melakukan wawancara dengan 10 mahasiswa rantau di Universitas Bhakti Kencana Bandung untuk menggali lebih dalam kondisi psikologis mereka terkait dengan risiko bunuh diri. Peneliti melakukan dua kali wawancara dalam waktu yang berbeda dengan pertanyaan yang sama. Berdasarkan wawancara dengan enam responden pertama, ditemukan beragam perasaan dan pengalaman yang dialami mahasiswa rantau. Responden pertama sedang menghadapi masalah pribadi yang berat dan dia memiliki riwayat percobaan bunuh diri dengan menyayat pergelangan tangan, pernah menjalani pengobatan dengan psikiater dan baru saja berhenti mengonsumsi obat-obatan tetapi masih mengonsumsi obat tidur. Responden kedua merasa sangat terbebani di semester tujuh akibat tuntutan akademik yang menyebabkan ia menarik diri dari lingkungan sosial dan mengisolasi diri serta mulai muncul pikiran bunuh diri disertai dengan perilaku menyakiti diri secara tidak langsung seperti menolak makan sehari-hari hingga menyebabkan kondisi fisik memburuk dan harus dirawat di IGD. Responden ketiga sering merasa kesepian terutama ketika teman-temannya pulang ke rumah sementara ia jarang pulang karena jarak rumahnya yang jauh, ia juga mengalami tekanan akademik yang terus-menerus hingga muncul keinginan untuk mengakhiri hidup. Responden keempat tidak merasakan kesepian karena tinggal di asrama, tetapi lebih sering mengalami kecemasan akibat stresor tertentu seperti persiapan lomba atau tuntutan akademik. Responden kelima sering merasa putus asa dan sangat ingin menyerah karena lelah menjalani perkuliahan sambil bekerja, sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Responden keenam sering merasa putus asa menjalani hidup dan pernah menyakiti diri sendiri serta menyatakan bahwa kematian dipandang sebagai bentuk ketenangan dari rasa sakit dan kelelahan hidup yang ia alami.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan 4 responden berikutnya untuk mendalami fenomena ini lebih jauh. Responden ketujuh mengatakan sering

merasa putus asa ketika menghadapi berbagai permasalahan. Responden kedelapan juga mengatakan bahwa sering merasa kesepian, cemas bahkan sering menarik diri, selain itu mengatakan pernah memiliki pikiran bunuh diri karena lelah dengan tuntutan akademik, tuntutan keluarga dan tuntutan lingkungan sosialnya. Responden kesembilan dan kesepuluh juga mengatakan sering merasa kesepian dan pernah memiliki pikiran bunuh diri. Dari wawancara dengan 10 responden tersebut, mayoritas mengalami perasaan kesepian, sering merasa putus asa dan bahkan memiliki riwayat percobaan bunuh diri.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti juga menemukan berbagai bentuk dukungan sosial yang dialami oleh mahasiswa rantau. Responden pertama hanya memiliki satu teman sekelas yang mengetahui terkait kondisinya karena merasa malu dan takut akan stigma negatif serta dia lebih sering mendapatkan dukungan dari keluarganya. Responden kedua memiliki beberapa teman yang dapat memberikan dukungan tetapi akhir-akhir ini dia lebih sering menarik diri dari lingkungan sosialnya, dia merasa enggan untuk berbagi cerita karena takut membebani orang lain. Responden ketiga memiliki dukungan sosial yang cukup baik dari teman-temannya. Dia menerima dukungan emosional dalam bentuk kehadiran teman yang mendengarkan keluhannya. Responden keempat memiliki dukungan sosial dan pertemanan yang cukup baik karena ia berada dalam lingkungan asrama yang selalu memberikan motivasi serta perhatian. Responden kelima jarang dan tidak pernah menceritakan perasaannya kepada teman atau keluarga, ia mengatakan bahwa tidak memiliki teman dekat untuk diajak bercerita karena diperantauan dia keterbatasan dalam bahasa serta budaya, dia tidak berani jika harus bercerita atau berkeluh kesah kepada keluarganya. Responden keenam selalu mendapat dukungan dari teman sebayanya, dia sering mendapatkan saran dan arahan ketika menghadapi masalah. Responden ketujuh sering mendapatkan dukungan dari kakaknya, jarang menceritakan masalahnya ke temannya karena merasa mereka tidak akan memahami kondisinya. Responden delapan, sembilan dan responden sepuluh tidak memiliki teman yang bisa diajak untuk bercerita ketika sedang

menghadapi masalah karena mereka merasa kesulitan untuk membuka diri dan berbagi cerita sehingga perasaan kesepian dan tekanan semakin berat.

Berdasarkan fenomena tersebut, ditemukan bahwa di Universitas Bhakti Kencana Bandung terdapat 8 mahasiswa rantau yang memiliki risiko bunuh diri dan dari 10 mahasiswa sering mengalami perasaan putus asa serta 5 dari 10 mahasiswa rantau kurang dalam mendapatkan dukungan sosial dari teman sebayanya, kebanyakan dari mereka tidak memiliki teman yang bisa diajak untuk bercerita ketika sedang menghadapi masalah. Selain itu, terdapat 6-7 mahasiswa berisiko bunuh diri berdasarkan data dari bagian konseling, hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan Bagian Layanan Konseling Universitas Bhakti Kencana Bandung. Angka tersebut lebih tinggi dibandingkan dengan Universitas Muhammadiyah Bandung yang memiliki 4–5 mahasiswa dengan kasus serupa. Kondisi tersebut berpotensi menimbulkan konsekuensi negatif yang tidak hanya berdampak pada individu yang mengalaminya, tetapi juga memengaruhi lingkungan sosial di sekitarnya. Meskipun jumlah mahasiswa rantau di Universitas Muhammadiyah Bandung lebih banyak, penelitian ini akan dilakukan di Universitas Bhakti Kencana Bandung karena risiko bunuh diri pada mahasiswa rantau tampak lebih banyak. Penelitian ini diharapkan memberikan pemahaman mengenai pentingnya dukungan sosial teman sebaya dalam mencegah risiko bunuh diri pada mahasiswa rantau. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Rantau di Universitas Bhakti Kencana Bandung.”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Mahasiswa rantau sering menghadapi berbagai tantangan fisik, sosial dan psikologis. Tantangan seperti tekanan akademik, kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru dan perasaan kesepian akibat jauh dari keluarga yang dapat meningkatkan risiko bunuh diri. Menghadapi tantangan ini, dukungan sosial memiliki peran penting dan teman sebaya menjadi salah satu sumber utama dukungan sosial. Teman sebaya yang berada pada tahap perkembangan serupa

sering kali menggantikan peran keluarga yang jauh dengan memberikan empati, perhatian dan dukungan yang dibutuhkan untuk mengatasi berbagai kesulitan. Berdasarkan hal tersebut, peneliti ingin menganalisis “Apakah terdapat Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Risiko Bunuh Diri Pada Mahasiswa Rantau di Universitas Bhakti Kencana Bandung?”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Risiko Bunuh Diri Pada Mahasiswa Rantau Di Universitas Bhakti Kencana Bandung.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi Dukungan Sosial Teman Sebaya pada Mahasiswa Rantau di Universitas Bhakti Kencana Bandung.
2. Mengidentifikasi Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Rantau di Universitas Bhakti Kencana Bandung.
3. Menganalisis Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Risiko Bunuh Diri Pada Mahasiswa Rantau Di Universitas Bhakti Kencana Bandung.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengembangan teori terkait hubungan dukungan sosial teman sebaya dan risiko bunuh diri pada mahasiswa rantau.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi Mahasiswa Rantau di Universitas Bhakti Kencana  
Penelitian ini diharapkan memberikan wawasan mengenai pentingnya dukungan sosial teman sebaya dalam menjaga kesehatan mental dan mencegah risiko bunuh diri.

## 2. Bagi Universitas Bhakti Kencana

Penelitian ini dapat menjadi data awal dan dasar pertimbangan dalam mengembangkan program dukungan sosial yang lebih terstruktur bagi mahasiswa rantau, termasuk penguatan peran organisasi kemahasiswaan, *peer support*, serta layanan konseling yang ramah dan mudah diakses. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat mendorong pelibatan aktif dosen Pembimbing Akademik (PA) dalam pemantauan kondisi psikologis mahasiswa, khususnya bagi mahasiswa yang menunjukkan risiko bunuh diri.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian lanjutan yang meneliti risiko bunuh diri mahasiswa rantau dengan pendekatan yang lebih komprehensif melalui analisis multifaktor. Faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, durasi merantau, serta pengalaman psikologis sebelumnya dapat dianalisis lebih mendalam misalnya dengan pendekatan kualitatif, untuk memahami dinamika risiko bunuh diri secara lebih menyeluruh.

### 1.5 Batasan Masalah

Penelitian ini termasuk kedalam ruang lingkup Keperawatan Jiwa dan Keperawatan Komunitas dengan fokus utama penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan risiko bunuh diri pada mahasiswa rantau. Desain penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang terdiri dari dua instrumen utama, yaitu *Social Support Questionnaire (SSQ)* untuk mengukur dukungan sosial teman sebaya dan *Suicide Behaviors Questionnaire-Revised (SBQ-R)* untuk mengukur adanya risiko bunuh diri. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel diambil berdasarkan kriteria tertentu.