



eISSN 3090-6431 & pISSN 3090-644X

SUJUD: JURNAL AGAMA, SOSIAL DAN BUDAYA

Vol. 2, No. 1, Tahun 2026

doi.org/10.63822/d2kgdh88

Hal. 915-925

Homepage <https://ojs.indopublishing.or.id/index.php/sujud>

Hubungan Konsep Diri dengan Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa di Kota Padang

Trio Kurnia Putra¹, Nurmina²

Departemen Psikologi Fakultas Psikologi Dan Kesehatan Universitas Negeri Padang^{1,2}

*Email Korespondensi: trio003@gmail.com

Diterima: 04-01-2026 | Disetujui: 14-01-2026 | Diterbitkan: 16-01-2026

ABSTRACT

College students experience a transition from adolescence to early adulthood, marked by academic, social, and psychological demands, potentially leading to mental stress, including suicidal ideation. Suicidal ideation is the thought/desire to end one's life, which may be accompanied by planning. Self-concept refers to an individual's perception, assessment, and understanding of themselves, formed through experience and interaction. This study aims to determine the relationship between self-concept and suicidal ideation among college students in Padang City. The study used a quantitative correlational. The study subjects were 398 undergraduate students aged 18–24 in Padang City, using a purposive sampling technique. Data collection on suicidal ideation was based on the Beck Scale for Suicide Ideation (Beck et al., 1979) adapted from the Beck Scale for Suicide Ideation (Beck et al., 1979) and the self-concept scale based on Sari's (2020) aspects developed by Prasetyo (2025). The results of the correlation analysis showed a significant negative relationship between self-concept and suicidal ideation ($r = -0.666$; $p < 0.001$). Therefore, the higher the self-concept, the lower the tendency for suicidal ideation. This finding confirms the importance of strengthening self-concept as a protective factor in efforts to prevent suicidal ideation in students.

Keywords : Self-Concept, Suicidal Ideation, University Students, Padang City.

ABSTRAK

Mahasiswa menghadapi waktu perubahan sejak remaja hingga dewasa dengan tanda oleh tuntutan akademik, sosial, dan psikologis, sehingga berpotensi memunculkan tekanan mental, termasuk ide bunuh diri. Ide bunuh diri ialah keinginan guna menyelesaikan kehidupannya yang dapat disertai perencanaan, sedangkan konsep suatu diri menjadi pada pemahaman, penilaian, serta pemahaman pribadi pada diri sendiri yang tercipta dari interaksi dan pengalaman. Penelitian bertujuan guna memahami korelasi dari ide bunuh diri dan konsep diri terhadap mahasiswa Kota Padang. Penelitian mempergunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Subjek penelitian berjumlah 398 mahasiswa S1 dengan usia 18–24 tahun Kota Padang mempergunakan teknik yaitu purposive sampling. Pengumpulan data ide bunuh diri berdasarkan skala di ide bunuh diri adaptasi Beck Scale for Suicide Ideation (Beck et al., 1979) dan skala konsep diri berdasarkan aspek Sari (2020) yang dikembangkan oleh Prasetyo (2025). Hasil analisis korelasi mempertunjukkan keterkaitan negatif yang cukup besar dari konsep diri dan ide bunuh diri ($r = -0,666$; $p < 0,001$). Sehingga kian tinggi konsep diri, kian turun ketergantungan ide bunuh diri. Temuan tersebut mempertegas krusialnya guna menguatkan konsep diri menjadi faktor protektif di upaya pencegahan ide bunuh diri di mahasiswa.

Kata kunci : Konsep diri, Ide bunuh diri, Mahasiswa, Kota Padang.



Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:

Putra, T. K., & Nurmina, N. (2026). Hubungan Konsep Diri dengan Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa di Kota Padang. *Sujud: Jurnal Agama, Sosial Dan Budaya*, 2(1), 915-925. <https://doi.org/10.63822/d2kgdh88>



PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan pribadi yang memasuki tahap peralihan dari seorang pelajar atau siswa yang sebelumnya di sekolah menengah atas menuju pendidikan tinggi. Mahasiswa menghadapi tuntutan belajar dan mengerjakan tugas dengan mandiri. Namun kenyataan menunjukkan bahwa mahasiswa belum menyanggupi belajar dan menyelesaikan tugas dengan mandiri (Lailiana & Agustin, 2017). Perubahan status dari siswa menjadi mahasiswa baru ini menciptakan beragam emosi seperti kebahagiaan, kebanggaan, keraguan, dan kebingungan. Dalam fase ini, sebagian mahasiswa dapat menjalani masa transisi dengan lancar, sedangkan yang lain mungkin menghadapi banyak tantangan dalam proses peralihan ini. Pertumbuhan dan perkembangan mahasiswa baru terjadi dalam fase transisi usia remaja menuju usia dewasa.

Pada fase tersebut mahasiswa yang masih remaja menghadapi berbagai macam perubahan, termasuk perubahan fisik, emosi yang tidak stabil, perubahan sosial dan intelektual, serta perubahan dalam aspek psikososial dan cara mereka memandang serta memahami diri sendiri. Orang yang sehat secara mental mampu “berfungsi” untuk menjalani aktivitas sehari-hari dan terampil dalam manajemen stres atas masalah yang dialami (Masyah, 2020). Fase transisi ini menjadi periode yang penting karena tuntutan akademik, relasi sosial, serta proses pencarian identitas dapat meningkatkan kerentanan stres psikologis pada mahasiswa.

Tentunya setelah menjadi mahasiswa seseorang individu akan mengalami perubahan dalam hidupnya, termasuk bagaimana dia berpikir terhadap dirinya sendiri. Kemampuan mahasiswa terhadap pandangan dirinya sendiri terkadang mengalami permasalahan, dimana mahasiswa tersebut memandang dirinya rendah, karena kemampuannya untuk menghadapi masalah di lingkungan barunya tidak sesuai dengan apa yang dia pikirkan. Sehingga dengan ketidakmampuan tersebut timbul pandangan yang rendah terhadap diri sendiri dan merasa tidak berguna. Dari pandangan rendah terhadap diri sendiri tersebut timbul ide bunuh diri, sampai perbuatan bunuh diri secara sungguh-sungguh. Ambali (2021) menjelaskan bahwa pemikiran negatif menjadi pemicu seseorang memiliki ide untuk bunuh diri.

Mulyana et al. (2021) menjelaskan ide untuk bunuh diri dimaknai menjadi niat dan pola pikir guna menyelesaikan kehidupan, yang kerap kali berkaitan dengan merasa putus asa dan ketidakberdayaan yang cenderung sulit diungkapkan. Posner, et al., (2011) menerangkan bahwa ide untuk bunuh diri menjadi rencana dengan tujuan guna menyelesaikan hidup sesegera mungkin. Pemikiran ini sering kali tidak diungkapkan secara langsung dan dapat mencakup perencanaan untuk melakukan tindakan bunuh diri dalam waktu dekat.

Liem et, al (2022) menyatakan bahwa yang paling banyak melakukan pemikiran ide bunuh diri berusia 18-24 tahun yang merupakan usia mahasiswa. Fakta bahwa rentang usia ini identik dengan masa perkuliahan menjadikan mahasiswa sebagai populasi yang sangat rentan secara psikologis. Transisi menuju kehidupan dewasa muda, yang ditandai dengan tuntutan akademik yang tinggi, tekanan sosial, dinamika identitas, serta ketidakpastian masa depan dan menciptakan beban stres.

Berdasarkan WHO, data orang mati karena bunuh diri mencapai hingga 800.000 kasus setiap tahun secara global. Fakta yang lebih memprihatinkan adalah kasus bunuh diri pada berusia 15 hingga 29 tahun menempati peringkat kedua. Berdasarkan data Badan Riset dan Inovasi Nasional (BRIN) periode 2012-2023, ditemukan total 985 dari 2.112 (46,63%) kasus bunuh diri di Indonesia dialami oleh kalangan remaja.



Berdasarkan data Kepolisian Republik Indonesia (Polri) tahun 2023, Sumatera Barat menempati peringkat ketujuh nasional dengan 17 kasus bunuh diri. Kota Padang menjadi salah satu Kabupaten/Kota yang memberi sumbangsi tertinggi kasus bunuh diri di Sumatera Barat. Berdasarkan catatan Polresta Padang terdapat 10 kasus bunuh diri di Kota Padang. Jumlah ini merupakan yang terbanyak di antara polres-polres di Sumatera Barat.

Bunuh diri yang terjadi dikalangan mahasiswa pada saat ini seringkali terdengar beritanya. Hasil penelitian oleh Mukaromah (2020) menunjukkan bahwa dari 105 mahasiswa ditemukan sekitar 81,9% memiliki ide bunuh diri. Fenomena tersebut didukung oleh beberapa kejadian kasus bunuh diri mahasiswa di Kota Padang, seperti kasus bunuh diri mahasiswa Provinsi Jambi yang berkuliah di Universitas Andalas dengan cara gantung diri di rumah kost (Putra et al., 2023). Pada tahun 2022 juga terjadi kasus bunuh diri di Kota Padang dengan cara meminum racun dan meninggal di kamar kost (Asril, 2022). Dengan demikian, berbagai temuan penelitian dan kasus yang terjadi menunjukkan pentingnya perhatian serius serta upaya pencegahan yang terstruktur untuk menekan risiko ide dan perilaku bunuh diri pada mahasiswa.

Untuk memahami faktor penyebab tingginya kasus bunuh diri pada kalangan mahasiswa, teori-teori psikologis seperti 3ST dapat menyatakan penjelasan komprehensif mengenai proses munculnya ide untuk bunuh diri hingga berkembang jadi percobaan untuk bunuh diri. 3ST menjelaskan bahwa lintasan bunuh diri terjadi melalui tiga langkah utama yang saling berkaitan dan berkontribusi terhadap peningkatan risiko (Klonsky & May, 2015). Dengan kerangka ini, peneliti dapat memetakan faktor-faktor psikologis kunci yang mendorong transisi dari keinginan bunuh diri menuju tindakan.

Pertama, kombinasi dari segala bentuk rasa sakit (misalnya, psikologis, fisik) dan keputusan bahwa keadaan seseorang tidak akan membaik adalah langkah pertama yang memunculkan keinginan untuk bunuh diri. Kedua, pikiran bunuh diri diteorikan untuk mengintensifkan keinginan untuk bunuh diri ketika pengalaman rasa sakit seseorang membanjiri keterhubungan mereka dengan apa pun yang memberikan tujuan atau makna dalam hidup (misalnya, pekerjaan, hubungan, peran, identitas) atau tanpa adanya keterhubungan, khususnya di antara mereka yang mengalami rasa sakit yang tinggi dan keputusan (Klonsky et al., 2021). Ketiga, keinginan untuk bunuh diri diteorikan sebagai transisi menuju percobaan bunuh diri ketika seseorang telah memiliki (yaitu, kebiasaan terhadap rasa sakit, rasa takut akan kematian), disposisi (yaitu, faktor penentu bawaan), dan/atau kemampuan praktis (yaitu, akses dan pengetahuan tentang cara-cara yang mematikan) guna menjalankan perbuatan bunuh diri (Klonsky & May, 2015).

Berdasarkan pemaparan *Three-Step Theory (3ST)*, pemicu salah satu terciptanya ide untuk bunuh diri adalah rasa putus asa dan hilangnya makna hidup akibat rasa sakit fisik ataupun psikologis mendalam. Konsep diri berperan penting untuk membentuk persepsi individu mengenai diri sendiri dan kehidupannya. Individu dengan konsep diri negatif umumnya berpandangan merendahkan diri, merasa tidak berharga, serta mengalami kesulitan dalam menemukan makna hidup dan keterhubungan sosial. Kondisi tersebut berpotensi memperkuat keputusan dan meningkatkan risiko munculnya keinginan untuk mengakhiri hidup, sebagaimana dijelaskan dalam tahap pertama dan kedua dalam 3ST. Dengan demikian, konsep diri bisa dipahami sebagai faktor psikologis yang salah satunya relevan untuk ditelaah dalam konteks pencegahan ide bunuh diri pada mahasiswa.

Konsep diri dijelaskan menjadi penggambaran sekaligus evaluasi yang dipunyai individu terhadap diri sendiri, meliputi bidang fisik, sosial, psikologis, dan emosional. Konsep ini juga dipahami sebagai keyakinan individu tentang bagaimana dirinya yang umumnya memengaruhi cara individu berpikir dan



memaknai pengalaman (Pambudi, 2012). Burns (Subaryana, 2015) menjelaskan jika konsep ini mempunyai dua bentuk, diantaranya konsep diri negatif dan konsep diri positif. Pertama, konsep diri positif ditunjukkan melalui penilaian baik terhadap diri, seperti rasa memberi penghargaan dan penerimaan pada diri. Sementara itu, konsep diri negatif ditandai oleh evaluasi buruk terhadap diri, misalnya perasaan rendah diri, kebencian terhadap diri, kurangnya penghargaan pada diri, serta kesulitan untuk menerima diri apa adanya. Dengan demikian, dapat dipahami jika konsep ini memegang peran krusial di kehidupan seseorang.

Setiawan dan Masitah (2016) menjelaskan jika konsep tersebut digambarkan sebagai cara seseorang memandang dirinya, yang mencakup ia mempersepsikan identitas pribadi, perasaan yang dimiliki terhadap diri sendiri, serta pengharapan tentang diri dan ingin diwujudkan di masa mendatang sesuai keinginannya. Disisi lain, konsep ini meliputi seorang menilai diri sendiri, bagaimana ia merasakan dirinya, dan gambaran tentang pribadi yang ingin ia capai. Sementara itu, Leonard dan Supardi (2010) mendefinisikan konsep diri sebagai bentuk respons individu yang adaptif dan sehat terhadap dirinya serta kehidupannya. Mereka menekankan bahwa konsep diri belum muncul dari lahir, melainkan terbentuk dari interaksi dan pengalaman individu bersama orang yang lain. Konsep ini sebagai hal penting karena menjadi faktor penting dalam komunikasi seseorang dengan lingkungannya (Jalaludin, 2005). Setiap orang memiliki kecenderungan berperilaku berdasarkan konsep diri. Secara keseluruhan, konsep diri mencerminkan bagaimana persepsi, pemikiran, dan penilaian individu terhadap diri, yang terbentuk melalui pembelajaran dan pengalaman sehari-hari dari lingkungannya. Konsep diri ini kemudian memengaruhi perilaku individu secara menyeluruh.

Berdasarkan fenomena dan uraian diatas dapat dilihat bahwa pemikiran ide bunuh diri terjadi karena konsep diri negatif pada mahasiswa, dimana ketika mahasiswa memandang rendah diri dan tidak berguna, hal tersebut mendorong ide bunuh diri muncul pada mahasiswa. Oleh karena itu, peneliti mempunyai ketertarikan mengetahui lebih dalam dengan judul “Hubungan Konsep Diri dengan Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa di Kota Padang”.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis korelasi dari data yang diperoleh. Penelitian korelasional sendiri mempunyai tujuan guna mengetahui keterkaitan 2 variabel (Azwar, 2007). Tujuan dari penelitian ialah keterkaitan diantara konsep diri dan ide bunuh diri di mahasiswa Kota Padang.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi pada penelitian ini ialah semua mahasiswa Kota Padang.

Penentuan jumlah sampel dilakukan untuk memastikan jumlah yang diperlukan untuk subjek penelitian. Dengan menerapkan teknik *purposive sampling*, peneliti mempunyai tujuan guna mendapat data yang relevan pada tujuan penelitian yang sudah ditetapkan. Pemilihan metode ini dilakukan karena memenuhi kriteria subjek yang dibutuhkan, sehingga sampel yang terpilih diharapkan mampu merepresentasikan karakteristik populasi secara lebih akurat. Berikut kriteria sampel penelitian ini:

- a. Mahasiswa aktif Strata 1 di Kota Padang



b. Berusia 18-24 tahun

Peneliti mengambil sampel dengan merujuk pada rumus Lemeshow dengan taraf 5%, N tidak diketahui. Sesuai pada rumus ini sehingga total sampel penelitian minimal sejumlah 398 responden.

Prosedur Penelitian

1. Persiapan Sebelum Penelitian

Peneliti menyiapkan instrumen penelitian yang selanjutnya dipergunakan ketika pengumpulan data. Instrumen yang disusun tersebut kemudian melalui tahap verifikasi kualitas. Setelah proses pemeriksaan selesai, kuesioner yang telah memenuhi syarat kemudian diujicobakan kepada responden untuk menguji kelayakannya.

2. Tahap Penelitian

Peneliti melaksanakan pengambilan data mempergunakan kuesioner online dengan google form. Peneliti menyebarkan kuesioner kepada subjek yang terlibat dalam penelitian mahasiswa di kota Padang yang memenuhi kriteria penelitian yang telah peneliti tetapkan sebelumnya.

Teknik Analisis Data

Penelitian ini melibatkan dua variabel, diantaranya: konsep diri dan ide bunuh diri. Peneliti menerapkan analisis statistik untuk mencapai tujuan penelitian, yaitu: analisis korelasi Product Moment untuk menguji dan membuktikan secara statistik hubungan konsep diri dan ide bunuh diri pada mahasiswa di Kota Padang dari data yang telah peneliti peroleh. Karena tujuan penelitian adalah mengetahui bagaimana hubungan antarvariabel, analisis dilakukan dengan korelasi Product Moment dan data penelitian diolah menggunakan bantuan *software SPSS 23 for Windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Hipotesis

Uji hipotesis penelitian dilakukan untuk memperoleh gambaran tingkat signifikansi koefisien korelasi dapat memenuhi kriteria korelasi variabel atau tidak.

Tabel 1 Tabel Uji Korelasi *Rank Spearman*

Variabel	N	Pearson Correlation	Sig.
Konsep Diri	398	-0,666	0,000
Ide Bunuh Diri			

Berdasarkan output dari tabel diatas, nilai sig. yang diperoleh $0,000 < 0,05$, disimpulkan terdapat hubungan konsep diri dengan ide bunuh diri. Kemudian diperoleh nilai koefisien korelasi $-,666$ yang menggambarkan tingkat korelasi yang kuat, kemudian juga menunjukkan adanya korelasi negatif kedua variabel, semakin tinggi konsep diri akan semakin rendah ide bunuh diri seseorang, begitu sebaliknya. Dengan demikian dapat disimpulkan pada penelitian ini Hipotesis alternatif (H_a) diterima, dengan penjelasan terdapat hubungan yang negatif antara konsep diri dengan ide bunuh diri.



Hasil Pembahasan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan ide bunuh diri pada mahasiswa di Kota Padang. Populasi penelitian ini merupakan mahasiswa di Kota Padang usia 18 hingga 24 tahun. Hasil penelitian ini mengungkapkan terdapat korelasi yang signifikan dengan arah hubungan negatif antara konsep diri dengan ide bunuh diri pada mahasiswa di Kota Padang. Hasil uji tersebut diperkuat dengan mean empirik konsep diri yang lebih tinggi dibanding mean hipotetik dan mean empirik ide bunuh diri lebih rendah daripada mean hipotetik. Hal tersebut menjelaskan bahwa umumnya mahasiswa di Kota Padang memiliki tingkat ide bunuh diri yang cenderung rendah karena tingginya konsep diri.

Pada penelitian ini semakin tinggi tingkat konsep diri yang dimiliki mahasiswa, maka kecenderungan untuk memiliki pemikiran mengenai bunuh diri (ide bunuh diri) akan semakin rendah. Temuan ini mendukung hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya yaitu mahasiswa dengan konsep diri negatif negatif mempunyai ide bunuh diri, sebaliknya jika mahasiswa dengan konsep diri positif tidak memiliki ide bunuh diri (Damopoli & Rohmadani., 2025). Selain itu, hasil ini juga diperkuat oleh temuan-temuan empiris dari sejumlah penelitian terdahulu yang mempunyai pola hubungan serupa antara kemampuan memahami konsep diri dan risiko munculnya ide bunuh diri.

Berdasarkan hasil kategorisasi, diperoleh kategori konsep diri mahasiswa di Kota Padang mayoritas tinggi. Selain itu juga memperlihatkan bahwa proporsi mahasiswa pada kategori sedang dan tinggi tidak jauh berbeda, dimana menunjukkan perbedaan yang relatif kecil antara kedua kategori tersebut, walaupun kategori sedang lebih mendominasi. Kondisi ini dapat menjelaskan bahwa secara umum mahasiswa memiliki pemahaman kemampuan konsep diri yang baik, namun terdapat mahasiswa lain yang berada pada tahap pemahaman konsep diri menuju kategori tinggi. Hal ini bisa terjadi dikarenakan konsep diri individu dibentuk dari pengalaman dan interaksi lingkungan dari usia anak-anak sampai dewasa (Sapto, 2017).

Temuan ini sejalan dengan teori konsep diri Sari (2020) konsep diri sebagai gambaran, keyakinan, dan penilaian menyeluruh tentang diri sendiri yang bersifat multidimensional dan dinamis. Konsep diri tidak dibawa sejak lahir, melainkan proses belajar dan interaksi sosial dengan lingkungan. Adapun hasil yang didapatkan atas setiap aspek konsep diri paling menonjol yang adalah aspek moral, hal ini diartikan sebagai responden sebagian besar memiliki tingkat moralitas yang baik, dan menilai pikiran, perilaku dan karakter diri sendiri sebagai individu yang baik dan benar. Kemudian aspek psikis juga tergolong kuat, yang mencerminkan kemampuan responden untuk berpikiran baik tentang diri dan memiliki perasaan positif terhadap diri sendiri. Pada aspek fisik dan sosial, ditemukan kecenderungan yang cukup baik meskipun masih terdapat responden yang berada pada level sedang, sehingga responden hendaknya dapat untuk mengembangkan kemampuan tersebut.

Ide bunuh diri mengacu pada fase awal dari proses berpikir yang melibatkan keinginan untuk mengakhiri kehidupannya (Klonsky et al., 2016). Meskipun tidak selalu berujung pada tindakan nyata, keberadaan ide tersebut dapat menjadi indikator adanya gangguan kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, perasaan putus asa, maupun tekanan akademik yang berlangsung lama. Bagi mahasiswa yang sedang menjalankan perkuliahan, tekanan tersebut dapat berasal dari beban tugas yang menumpuk, ketidakpastian masa depan, tuntutan dari keluarga, serta rasa kesepian yang mungkin muncul selama



menjalani perkuliahan. Walaupun jumlah mahasiswa yang menunjukkan risiko ide bunuh diri tergolong rendah, hal ini merupakan isu yang perlu mendapatkan perhatian serius. Bahkan bentuk ide bunuh diri yang bersifat pasif, seperti keinginan untuk tidak hidup lagi tanpa disertai rencana konkret dapat berkembang menjadi bentuk aktif apabila tekanan yang dirasakan tidak dikelola dengan baik. Oleh sebab itu, keberadaan mahasiswa dengan tingkat risiko bunuh diri, meskipun jumlahnya kecil, tidak boleh diabaikan.

Schimanski et al (2024) menjelaskan ide bunuh diri sebagai pikiran atau niatan yang melibatkan perasaan sebagai respon terhadap pengalaman rasa sakit dan keputusan yang berhubungan dengan keinginan untuk mengakhiri hidup. Ide bunuh diri sebagai bentuk pikiran atau perencanaan mengakhiri hidup yang umumnya muncul sebagai reaksi tekanan psikologis, perasaan putus asa, atau ketidakmampuan individu dalam menghadapi permasalahan secara adaptif. Individu dengan konsep diri rendah cenderung sulit dalam memahami emosi diri sendiri seperti merasa memiliki rasa bersalah terhadap diri sendiri, mengalami kesedihan, kecemasan maupun kemarahan, sehingga lebih rentan terhadap munculnya ide bunuh diri sebagai bentuk pelarian. Sebaliknya seseorang dengan konsep diri positif dianggap mampu membantu seseorang mengembangkan mekanisme koping yang lebih adaptif, sehingga mereka dapat mengelola tekanan secara lebih efektif (Bawele et al., 2025).

Konsep diri positif yang dimiliki oleh mahasiswa berimplikasi pada kecenderungan lebih percaya diri dan tangguh secara psikologis. Keyakinan ini membantu mereka mengelola tekanan studi dengan lebih baik, melihat stres sebagai tantangan yang bisa diatasi, dan menggunakan strategi koping yang efektif. Oleh karena itu, membangun konsep diri positif penting untuk meningkatkan ketahanan mahasiswa selama kuliah (Budiyati, 2023). Dalam konteks tersebut, ide bunuh diri tidak hanya berperan dalam menghindarkan seseorang dari tekanan emosional yang berlebihan, tetapi juga dalam mendorong munculnya harapan, kepercayaan diri, dan pandangan hidup yang lebih positif, yang semuanya merupakan faktor protektif terhadap pikiran untuk mengakhiri hidup. Temuan ini menekankan pentingnya konsep diri positif dalam upaya pencegahan munculnya ide bunuh diri.

KESIMPULAN

Berdasarkan pada temuan penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa di Kota Padang, ditemukan bahwa

1. Ide Bunuh Diri pada mahasiswa di Kota Padang umumnya berada pada kategori rendah.
2. Konsep diri pada mahasiswa di Kota Padang umumnya berada pada kategori tinggi.
3. Ditemukan adanya hubungan negatif konsep diri dan ide bunuh diri. Semakin tinggi tingkat konsep diri oleh mahasiswa, maka semakin rendah kecenderungan untuk mengalami ide bunuh diri.

SARAN

Saran yang dapat peneliti berikan berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, diantaranya:

1. Bagi subjek penelitian

Berdasarkan temuan bahwa konsep diri berperan penting dalam menurunkan risiko munculnya ide bunuh diri, disarankan agar mahasiswa mulai lebih aktif mengembangkan kemampuan dalam mengenali dan memahami diri sendiri. Hal ini dapat dilakukan melalui kegiatan



seperti pelatihan pengembangan diri, konseling psikologis, serta keterlibatan dalam aktivitas positif yang mendukung kesehatan mental. Selain itu, membangun komunikasi yang sehat dengan teman sebaya, dosen, maupun keluarga juga dapat membantu menciptakan lingkungan yang suportif dalam menghadapi tekanan mental.

2. Bagi penelitian selanjutnya

Peneliti lebih lanjut disarankan untuk memperluas sampel, misalnya dengan menyertakan mahasiswa dari perguruan tinggi di luar Kota Padang, untuk memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai hubungan antara konsep diri dan ide bunuh diri. Selain itu penelitian selanjutnya juga dapat menggunakan kombinasi metode penelitian yang mana memberikan data kualitatif yang menjelaskan pengalaman subjektif responden terhadap temuan kuantitatif, kemudian juga dapat menambahkan faktor-faktor lain, misalnya: dukungan sosial, strategi koping, atau kesehatan mental secara umum yang dapat meningkatkan pemahaman kita lebihb jauh tentang faktor-faktor menjadi prediktor ide bunuh diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Acocella, J. R., & Calhoun, J. F. (1990). *Psychology of adjustment and human relationships* (3rd ed.). McGraw-Hill.
- American Psychiatric Association. (2018). *Suicide*
- Ambali, D. D. W., Palette, T., & Almar, J. (2021). Hubungan depresi dengan kecenderungan bunuh diri pada remaja di Kecamatan Sopai Kabupaten Toraja Utara tahun 2021. *LPPM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif*, 12 (3), 1–13. <https://journal.stikestanatoraja.ac.id>
- Asril, R. (2022). Tenggak racun, mahasiswa di padang ditemukan tewas di kamar kost. Sumbarkita.Com.
- Azwar. (2017). *Metode penelitian psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Badan Riset dan Inovasi Nasional. (2023, November 7). *BRIN Bahas Kondisi Kesehatan Jiwa Remaja Indonesia dari Aspek Psikososial*. <https://www.brin.go.id/news/116807/brin-bahas-kondisi-kesehatan-jiwa-remaja-indonesia-dari-aspek-psikososial>
- Bawele, S., Katuuk, H. M., & Wahyuni, S. (2025). Konsep diri dengan mekanisme koping pada mahasiswa tingkat akhir. *Vitalitas Medis: Jurnal Kesehatan dan Kedokteran*, 2(3), 1–10. <https://doi.org/10.62383/vimed.v2i3.1649>
- Beck, A. T., Kovacs, M., & Weissman, A. (1979). Penilaian terhadap niat bunuh diri: Skala Ide Bunuh Diri. *Jurnal Konsultasi dan Psikologi Klinis*, 47(2), 343-352. <https://doi.org/10.1037//0022-006x.47.2.343>
- Budiyati, E. (2023). Pengaruh konsep diri sebagai prediktor kesehatan mental mahasiswa. *Lancah: Jurnal Inovasi dan Tren*, *1*(2), 233–238. <https://doi.org/10.35870/jit.v1i2.2158>
- Damopoli, M. R. A., & Rohmadani, Z. V. (2025). Hubungan antara konsep diri dengan ide bunuh diri pada mahasiswa di Yogyakarta. *EduInovasi: Journal of Basic Educational Studies*, 5(1), 148–160.
- Hurlock, E. B. (1972). *Child development* (5th ed.). McGraw-Hill Book Company.
- Iriani, C. M., Khumas, A., & Ridfah, A. (2024). Hubungan antara stres dengan ide bunuh diri pada mahasiswa di kota Makassar. *FOCUS: Journal of Social Studies*, 5(2), 134–143. <https://doi.org/10.37010/fcs.v5i1.1534>



- Karisma, N. W. P. C., & Fridari, I. G. A. D. (2021). Gambaran pengembangan ide bunuh diri menuju upaya bunuh diri. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.24014/pib.v2i1.9904>
- Khodijah, S., & Hakim, A. R. (2024). Pengaruh konsep diri terhadap kemampuan pemahaman konsep matematika siswa. *APOTEMA: Jurnal Program Studi Pendidikan Matematika*, 10(1), 56–64.
- Klonsky, E. D., May, A. M., & Saffer, B. Y. (2015). Bunuh diri, percobaan bunuh diri, dan ide bunuh diri. *Tinjauan tahunan psikologi klinis*, 12, 307–330. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-021815-093204>
- Klonsky, E. D., Pachkowski, M. C., Shahnaz, A., & May, A. M. (2021). The three-step theory of suicide: Description, evidence, and some useful points of clarification. *Preventive Medicine*, 152, 106549. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2021.106549>
- Lailiana, N. A., & Handayani, A. (2017). *Motivasi berprestasi ditinjau dari komitmen terhadap tugas pada mahasiswa*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Leonard, & Supardi, U.S. (2010). Pengaruh konsep diri, sikap siswa pada matematika, dan kecemasan siswa terhadap hasil belajar matematika. *Cakrawala Pendidikan*, 29(3), 341–352.
- Liem, A., Prawira, B., Magdalena, S., Slandita, M. J., & Hudiyan, J. (2022). Predicting self-harm and suicide ideation during the COVID-19 pandemic in Indonesia: a nationwide survey report. *BMC Psychiatry*, 22 (1), 304. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-03944-w>
- Mandasari, L., & Tobing, D. L. (2020). Tingkat depresi dengan ide bunuh diri pada remaja. *Indonesian Journal of Health Development*, 2(1), 1–7. <https://ijhd.upnvj.ac.id/index.php/ijhd/article/view/33>
- Masyah, B. (2020). Pandemi Covid-19 Terhadap Kesehatan Dan Psikososial. *Mahakam Nursing Journal*, 2(8), 353–362.
- Mukaromah, I. T. (2020). Problem dan ide bunuh diri pada mahasiswa. 1(25), 1–9.
- Mulyana, F. I., Christanti, F. D., & Mulya, H. C. (2021). Perbedaan suicide ideation pada remaja ditinjau dari big five personality traits. *Jurnal Experientia*, *9*(1), 50–62. <https://journal.stikestanatoraja.ac.id>
- Pambudi, P. S., & Wijayanti, D. Y. (2012). Hubungan konsep diri dengan prestasi akademik pada mahasiswa keperawatan. *Jurnal Nursing Studies*, 1(1), 149–156.
- Posner, Brown, G. K., Stanley, B., Brent, D. A., Yershova, K. V., Oquendo, M. A., Currier, G. W., Melvin, G. A., Greenhill, L., Shen, S., & Mann, J. J. (2011). *The Columbia–suicide severity rating scale: Initial validity and internal consistency findings Ffrom three multisite studies with adolescents and adults*. *The American Journal of Psychiatry*, 168(12), 1266–1277. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2011.10111704>
- Prasetyo, T. Y. (2025). Hubungan konsep diri dengan kepercayaan diri pada mahasiswa fakultas keperawatan Universitas Muhammadiyah Semarang [Skripsi sarjana, Universitas Semarang]. Fakultas Psikologi, Universitas Semarang.
- Putra, D. E., Nelwati, & Fernandes, F. (2023). Hubungan depresi, stres akademik dan regulasi emosi dengan ide bunuh diri pada mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 11(3), 689–706.
- Rakhmat, Jalaluddin. (2005). Psikologi Komunikasi. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sari, R. P. (2020). *Body image: Perspektif psikologi konsep diri*.



- Schimanski, I., Scarf, D., Rapsey, C., Treharne, G. J., & Mason, A. (2024). Step by step? Understanding suicidal thoughts and behavior among university students in Aotearoa New Zealand: Utility of the three-step theory of suicide. *Journal of Student Mental Health*, 8(2), 1-17. <https://doi.org/10.1080/28367138.2024.2407428>
- Séguin, M. (2012). Review of *Suicide risk management: A manual for health professionals* (2nd ed.). *Canadian Psychology / Psychologie Canadienne, 53*(3), 255–257. <https://doi.org/10.1037/a0028987>
- Setiawan, H. R., & Masitah, W. (2016). Pengaruh konsep diri, minat dan inteligensi terhadap hasil belajar mahasiswa pada mata kuliah metode pengembangan kemampuan bahasa anak. *Jurnal Pendidikan*, 1(1), 20-39.
- Subaryana. (2015). Konsep diri dan prestasi belajar. *Jurnal Dinamika Pendidikan Dasar* 7(2).
- Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung Alfabeta
- Widiarti, P. W. (2017). Konsep diri (self concept) dan komunikasi interpersonal dalam pendampingan pada siswa SMP Sekota Yogyakarta. *INFORMASI Kajian Ilmu Komunikasi*, 47(1), 135–148.
- World Health Organization. (2021). *Suicide worldwide in 2019: Global health estimates*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240026643>
- Zulaikha, A., & Febriyana, N. (2018). Bunuh diri pada anak dan remaja (*Suicide in children and adolescent*). 62-72.