



TINGKAT DEPRESI DAN KERENTANAN IDE BUNUH DIRI PADA REMAJA

(Levels of Depression and Suicidal Vulnerability Among Adolescents)

Wenny Nugrahati Carsita¹, Wiwin Nur Aeni², Bambang Eryanto³, Siti Ariani⁴

¹Diploma Keperawatan, Politeknik Negeri Indramayu, Indramayu, Indonesia

^{2,3,4}Program Studi Keperawatan, STIKes Indramayu, Indramayu, Indonesia

Corresponding author: wennynugraha16@gmail.com

Received : Januari, 2026	Accepted : April, 2026	Published : April, 2026
--------------------------	------------------------	-------------------------

Abstract

Mental health problems among adolescents are complex, ranging from self-harm to suicidal behavior. The phenomenon of suicide among adolescents has been identified in Indramayu Regency. Suicidal behavior is often preceded by the emergence of suicidal ideation. Depression is one of the psychological conditions that plays a significant role in the development of suicidal ideation among adolescents. This study examines the correlation between depressive severity and suicidal ideation among adolescents. Utilizing a cross-sectional analytical design, the study sampled 305 students from a population of 1,265 across grades 10 and 11 via stratified random sampling. The instruments used included the Beck Depression Inventory–II and the Beck Scale for Suicide Ideation. Most respondents fell into the normal depression category (57%), while 70.2% of respondents did not have suicidal ideation. Among the normal depression group, 95% did not exhibit suicidal ideation, but approximately 5% still exhibited such tendencies. The results of the Pearson Chi-square statistical test yielded a p -value <0.001 ($\alpha \leq 0.05$), confirming that the level of depression is associated with the emergence of suicidal ideation among adolescents. These results emphasize the necessity for schools to provide adequate counseling services and collaborate with health care facilities in efforts to prevent suicide and treat depression among adolescents.

Keywords: *adolescents, depression, suicidal ideation*

Abstrak

Permasalahan kesehatan mental pada remaja merupakan isu yang kompleks, mencakup perilaku melukai diri sendiri hingga perilaku bunuh diri. Fenomena bunuh diri pada remaja teridentifikasi di Kabupaten Indramayu. Perilaku bunuh diri sering kali diawali oleh munculnya ide untuk bunuh diri. Depresi menjadi salah satu kondisi psikologis yang berperan penting dalam memunculkan ide bunuh diri pada remaja. Studi ini bertujuan menganalisis korelasi antara derajat depresi dengan kecenderungan ide bunuh diri di kalangan remaja. Rancangan penelitian menggunakan analitik dengan pendekatan cross-sectional, melibatkan 305 partisipan yang dipilih melalui teknik stratified random sampling dari total populasi 1.265 siswa kelas X dan XI. Instrumen yang digunakan meliputi Beck Depression Inventory–II dan Beck Scale for Suicide Ideation. Sebagian besar responden berada pada kategori depresi normal (57%), sedangkan 70,2% responden tidak memiliki ide bunuh diri. Pada kelompok depresi normal, 95% tidak menunjukkan ide bunuh diri, namun sekitar 5% masih memiliki kecenderungan tersebut. Hasil uji statistik Pearson Chi-square diperoleh p -value $<0,001$ ($\alpha \leq 0,05$), yang mengkonfirmasi tingkat depresi berhubungan dengan munculnya ide bunuh diri pada remaja. Temuan ini diharapkan pihak sekolah dapat menyediakan layanan

konseling yang memadai serta menjalin kerja sama dengan fasilitas pelayanan kesehatan dalam upaya pencegahan bunuh diri dan penanganan depresi di kalangan remaja.

Kata Kunci: remaja, depresi, ide bunuh diri

1. LATAR BELAKANG

Secara global, lebih dari 720.000 individu per tahun meninggal dunia akibat bunuh diri, yang menempatkannya sebagai faktor mortalitas ketiga tertinggi bagi individu berusia 15 hingga 29 tahun (WHO, 2025). Di Indonesia, tercatat sebanyak 866 kasus bunuh diri pada tahun 2023, dengan 60 kasus terjadi di Jawa Barat selama periode Januari hingga Oktober (Muhamad, 2023). Secara kumulatif, dalam rentang 2012 hingga 2023, terdapat 2.112 kasus bunuh diri di Indonesia, dimana 985 kasus melibatkan kelompok remaja (BRIN, 2023). Pada tingkat lokal, fenomena percobaan bunuh diri dilaporkan terjadi di Kecamatan Losarang, Kabupaten Indramayu, di mana seorang remaja mencoba mengakhiri hidup dengan memanjat menara telekomunikasi (Supendi, 2023). Kejadian ini menunjukkan bahwa perilaku bunuh diri pada remaja tidak hanya menjadi isu nasional, tetapi juga telah muncul secara nyata di lingkungan masyarakat lokal.

Remaja merupakan fase perkembangan yang unik, ditandai dengan berbagai perubahan fisik, emosional, dan sosial. Selama fase ini, remaja sering menghadapi tekanan lingkungan seperti kemiskinan, kekerasan, dan pelecehan yang dapat memperburuk kondisi kesejahteraan psikologis mereka serta meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental (WHO, 2025). Kompleksitas masalah kesehatan mental pada remaja mencakup berbagai bentuk, termasuk perundungan, kecanduan *game online*, gangguan emosional seperti kecemasan, depresi, frustrasi, marah, gangguan perilaku, gangguan makan, bahkan tindakan menyakiti diri sendiri dan bunuh diri (Windarwati et al., 2022; WHO, 2025).

Perilaku bunuh diri biasanya diawali oleh munculnya pikiran atau ide untuk mengakhiri hidup, yang dianggap sebagai salah satu faktor predisposisi utama terhadap terjadinya tindakan bunuh diri (Jiang et al., 2024). Kemunculan ide bunuh diri umumnya memiliki keterkaitan yang erat dengan kondisi depresi yang dialami individu. (Hwang & Nam, 2022). Depresi yang memicu pikiran bunuh diri dapat disebabkan oleh kebutuhan interpersonal yang tidak terpenuhi, seperti perasaan ditolak atau kurangnya dukungan sosial yang memadai (Jiang et al., 2024). Selain depresi, terdapat sejumlah faktor lain yang turut berkontribusi di antaranya tekanan ekonomi dalam keluarga,

konflik atau perceraian orang tua, serta faktor demografis seperti jenis kelamin, di mana remaja perempuan memiliki kerentanan yang lebih tinggi terhadap depresi dibandingkan remaja laki-laki (Axelta & Abidin, 2022). Saat ini, prevalensi depresi di kalangan remaja menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam beberapa tahun terakhir (Gijzen et al., 2021). Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji hubungan antara depresi dan ide bunuh diri, sebagian besar studi masih berfokus pada populasi umum. Selain itu, penelitian yang secara spesifik pada remaja di tingkat lokal, khususnya di Kabupaten Indramayu, masih terbatas. Berdasarkan hal tersebut, diperlukan penelitian yang secara khusus menganalisis hubungan tingkat depresi dengan ide bunuh diri pada remaja di wilayah Kecamatan Losarang,

2. METODE

Pendekatan analitik secara *cross-sectional* digunakan sebagai kerangka dasar studi ini, dengan populasi 1.265 siswa kelas X dan XI di SMK Negeri 1 Losarang. Sebanyak 305 responden dipilih melalui *stratified random sampling*.

Instrumen tingkat depresi menggunakan kuesioner *Beck Depression Inventory-II (BDI-II)* yang diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia terdiri dari 21 item dan sudah dilakukan uji validitas (r hitung 0,314 - 0,776) (Hafiz, 2024). Kuesioner pengukuran ide bunuh diri menggunakan *Beck Scale for Suicide Ideation (BSSI)* yang diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia terdiri dari 19 item dan sudah diuji validitas (r hitung 0,643 - 0,913) (Kesuma et al., 2021). Analisis korelasi antarvariabel dengan uji Pearson Chi-square.

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan STIKes Indramayu pada tanggal 7 Mei 2025, dengan nomor surat etik 12/KEPK/STIKesIM/O/V/2025. Selain itu, penelitian ini juga memperhatikan prinsip-prinsip etik penelitian yang meliputi *right to self determination, anonymity and confidentiality* serta *justice*. Sebelum pelaksanaan penelitian, peneliti memperoleh izin dari pihak sekolah serta persetujuan dari responden. Mengingat topik penelitian berkaitan dengan ide bunuh diri, peneliti juga menerapkan mekanisme perlindungan psikologis selama dan setelah pengumpulan data. Responden yang

teridentifikasi memiliki kecenderungan ide bunuh diri, terutama pada tingkat sedang hingga tinggi, diarahkan untuk mendapatkan tindak lanjut melalui guru Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah. Peneliti juga berkoordinasi dengan pihak sekolah untuk memastikan adanya pendampingan lanjutan serta, jika diperlukan, rujukan ke tenaga profesional atau fasilitas layanan kesehatan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin tersaji di tabel 1.

Tabel 1: Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	F	(%)
Laki-laki	151	49,5
Perempuan	154	50,5
Total	305	100

Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan tercatat 154 orang (50,5%). Distribusi frekuensi tingkat depresi dan ide bunuh diri tersaji di tabel 2.

Tabel 2: Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi dan Ide Bunuh Diri

Variabel	F	(%)
Tingkat Depresi		
Normal	174	57,0
Depresi Ringan	65	21,3
Depresi Sedang	50	16,4
Depresi Berat	16	5,2
Total	305	100
Ide Bunuh Diri		
Tidak Ada Ide Bunuh Diri	214	70,2
Ide Bunuh Diri Rendah	79	25,9
Ide Bunuh Diri Tinggi	11	3,6
Ide Bunuh Diri Sangat Tinggi	1	0,3
Total	305	100

Mayoritas responden, 174 (57%) termasuk dalam kategori normal atau tidak mengalami depresi, sedangkan 214 responden (70,2%) tidak menunjukkan adanya ide bunuh diri. Selanjutnya, analisis mengenai hubungan tingkat depresi dan ide bunuh diri pada remaja tersaji di tabel 3.

Tabel 3: Hubungan Tingkat Depresi dengan Ide Bunuh Diri

Tingkat Depresi	Ide Bunuh Diri								Total	%	P-value
	Tidak Ada Ide Bunuh Diri		Rendah		Tinggi		Sangat Tinggi				
	F	%	F	%	F	%	F	%			
Normal	166	95	8	5	0	0	0	0	174	100	< 0,001

Ringan	37	57	28	43	0	0	0	0	65	100
Sedang	9	18	35	70	6	12	0	0	50	100
Berat	2	13	8	50	5	31	1	6	16	100

Berdasarkan tabel 3, diketahui bahwa dari 174 responden yang termasuk dalam kategori depresi normal, sebanyak 166 responden (95,4%) tidak memiliki ide bunuh diri. Sementara itu, pada kelompok dengan depresi ringan yang berjumlah 65 responden, sebanyak 37 responden (56,9%) tidak menunjukkan adanya ide bunuh diri. Dari 50 responden teridentifikasi depresi sedang, 35 responden (70%) menunjukkan tingkat ide bunuh diri rendah. Adapun 16 responden tergolong dalam kategori depresi berat, sebanyak 8 responden (50%) juga menunjukkan tingkat ide bunuh diri yang rendah.

Analisis menggunakan *Pearson Chi-square* menghasilkan *p-value* < 0,001 ($\leq 0,05$), maka hipotesis yang menyatakan adanya keterkaitan antara kedua variabel tersebut pada remaja dapat diterima.

3.2 Pembahasan

Studi ini difokuskan pada analisis hubungan antara tingkat depresi dan munculnya ide bunuh diri pada populasi remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori tidak mengalami depresi (normal) yaitu sebanyak (57%) dan sebagian besar tidak menunjukkan adanya ide bunuh diri (70,2%). Temuan lebih lanjut menunjukkan bahwa pada kelompok dengan tingkat depresi normal masih terdapat sebagian kecil responden yang memiliki kecenderungan ide bunuh diri sekitar 5%. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun individu tidak mengalami depresi secara klinis, risiko munculnya ide bunuh diri tetap ada, sehingga perlu mendapat perhatian.

Hasil statistik membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Tingkat depresi dengan ide bunuh diri pada remaja. Temuan ini sejalan dengan penelitian Firmawati et al., (2025) dan Caesara et al., (2025) yang menyatakan bahwa depresi memiliki hubungan yang bermakna dengan munculnya ide bunuh diri pada remaja. Namun demikian, hasil penelitian ini juga memberikan temuan tambahan bahwa ide bunuh diri tidak hanya muncul pada remaja dengan depresi sedang hingga berat, tetapi juga dapat ditemukan pada remaja dengan kondisi depresi normal. Temuan tersebut dapat dijelaskan bahwa depresi bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi munculnya ide bunuh diri. Meskipun depresi

memiliki kontribusi yang signifikan, faktor lain seperti tekanan emosional, kurangnya dukungan sosial, konflik keluarga, serta pengalaman negatif seperti bullying dan stres akademik juga dapat memicu munculnya ide bunuh diri, bahkan pada individu yang tidak terklasifikasi mengalami depresi (Malhotra & Sahoo, 2018; Korczak et al., 2023). Hal ini memperkuat bahwa ide bunuh diri bersifat multifaktorial dan tidak semata-mata bergantung pada tingkat depresi.

Secara perkembangan, remaja merupakan fase yang rentan terhadap ketidakstabilan emosi dan stres akibat tuntutan sosial yang meningkat (Beirão et al., 2020). Ketidakmampuan dalam mengelola stress dapat berkembang menjadi depresi yang pada akhirnya meningkatkan Risiko munculnya ide bunuh diri (Omnia et al., 2023). Namun demikian, berdasarkan hasil penelitian ini, adanya temuan ide bunuh diri pada kelompok depresi normal menunjukkan bahwa faktor psikososial lain di luar depresi juga memiliki peran penting.

Secara klinis, depresi yang ditandai dengan perasaan putus asa, pesimisme, dan ketidakberdayaan berkaitan erat dengan kecenderungan bunuh diri (Fatih & Gülbahçe, 2024). Akan tetapi, hasil penelitian ini menegaskan bahwa intervensi tidak hanya difokuskan pada remaja dengan depresi berat, tetapi juga perlu menjangkau remaja secara umum, termasuk mereka yang secara klinis tidak teridentifikasi mengalami depresi, namun berpotensi memiliki tekanan psikologis tertentu.

Perilaku bunuh diri berkembang melalui beberapa tahapan, dimulai dari munculnya pikiran atau gagasan bunuh diri, yang kemudian dapat berkembang menjadi ancaman verbal, upaya percobaan bunuh diri, hingga tindakan fatal yang mengakibatkan kematian (bunuh diri yang berhasil). Pikiran bunuh diri didefinisikan sebagai adanya dorongan atau keinginan untuk mengakhiri hidup. Pikiran tersebut dapat bersifat pasif, yakni ketika individu hanya memikirkan kematian tanpa adanya niat untuk bertindak, atau bersifat aktif, yaitu ketika pikiran tersebut disertai dengan rencana konkret untuk melakukan bunuh diri (Mulyana et al., 2021). Ide bunuh diri diklasifikasikan sebagai tahap embrional atau permulaan dari rangkaian manifestasi perilaku destruktif, sehingga intervensi dini dan upaya pencegahan sangat penting dilakukan untuk mencegah eskalasi menuju tindakan yang lebih berbahaya dan fatal (Utomo & Rahmasari, 2024). Temuan studi ini diharapkan menjadi dasar dalam pengembangan intervensi kesehatan mental yang komprehensif dan tepat sasaran bagi remaja.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat depresi dan ide bunuh diri pada remaja. Analisis data mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat depresi, cenderung semakin besar proporsi remaja yang menunjukkan ide bunuh diri. Selain itu, temuan penelitian juga menunjukkan bahwa ide bunuh diri tidak hanya ditemukan pada remaja dengan tingkat depresi sedang hingga berat, tetapi juga muncul pada sebagian kecil remaja dengan kategori depresi normal. Hal ini menegaskan bahwa ide bunuh diri pada remaja bersifat kompleks dan tidak hanya dipengaruhi oleh tingkat depresi semata.

Berdasarkan temuan tersebut, diperlukan upaya deteksi dini masalah kesehatan mental pada remaja secara menyeluruh, termasuk pada individu yang tidak teridentifikasi mengalami depresi. Pihak sekolah diharapkan dapat menyediakan layanan konseling yang mudah diakses serta melakukan skrining kesehatan mental secara berkala. Selain itu, kolaborasi antara sekolah dengan tenaga profesional dan fasilitas layanan kesehatan perlu diperkuat guna mendukung penanganan yang komprehensif dan berkelanjutan dalam upaya pencegahan perilaku bunuh diri pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Axelta, A., & Abidin, F. A. (2022). Depresi pada remaja: Perbedaan berdasarkan faktor biomedis dan psikososial. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Khatulistiwa*, 9(1). https://doi.org/https://doi.org/10.29406/jk_mk.v9i1.3207
- Badan Riset dan Inovasi Nasional. (2023). *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>.
- Beirão, D., Monte, H., Amaral, M., Longras, A., Matos, C., & Villas-Boas, F. (2020). Depression in adolescence: a review. *Middle East Current Psychiatry*, 27. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s43045-020-00050-z>
- Caesara, V. R., Noerhidajati, E., & Zulaikhah, S. T. (2025). Hubungan tingkat depresi dengan kemunculan ide bunuh diri pada mahasiswa rantau Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Angkatan 2021-2023. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 12(8).

- Fatih, K., & Gülbahçe, A. (2024). The Relationship between Depression and Suicide. In *The Association Between Depression and Suicidal Behavior*. IntechOpen. <https://doi.org/DOI:10.5772/intechopen.1006685>
- Firmawati, Sudirman, A. N. A., & Hakim, R. (2025). Hubungan tingkat Depresi dengan risiko ide bunuh diri pada remaja di Pondok Pesantren Al-Islam Pentadio Timur. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(2).
- Gijzen, M. W. M., Rasing, S. P. A., Creemers, D. H. M., Smit, F., Engels, R. C. M. E., & De Beurs, D. (2021). Suicide ideation as a symptom of adolescent depression. a network analysis. *Journal of Affective Disorders*, 278, 68–77. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.09.029>
- Hafiz, A. (2024). *Hubungan antara self-esteem dengan depresi pada mahasiswa*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim.
- Hwang, S. Y., & Nam, J. Y. (2022). Do lifestyle risk behaviors affect anxiety, depressive symptoms, and suicidal ideation among adolescents? *Psychiatry Research*, 318. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.psychres.2022.114942>
- Jiang, M., Ding, W., Feng, J., Wang, X., & Xie, R. (2024). Developmental relations between depression and suicidal ideation among adolescents: A latent change score modeling study. *Personality and Individual Differences*, 230. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2024.112772>
- Kesuma, V. M., Atmodiwirjo, E. T., & Idulfilastri, R. M. (2021). Pengujian struktur faktor pada konstruk beck scale for suicide ideation dengan individu dewasa awal. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 5(2), 549–559. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v5i2.11310.2021>
- Malhotra, S., & Sahoo, S. (2018). Antecedents of depression in children and adolescents. *Ind Psychiatry J*, 27(1). https://doi.org/10.4103/ipj.ipj_29_17
- Muhamad, N. (2023, July 27). *Ada 585 Kasus Bunuh Diri sampai Juni 2023, Terbanyak di Jawa Tengah*. Databoks. <https://databoks.katadata.co.id/demografi/statistik/7eb1a432eb5b4c1/ada-585-kasus-bunuh-diri-sampai-juni-2023-terbanyak-di-jawa-tengah>
- 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).
- Omnia, M. M., Niman, S., Sihombing, F., Widianoro, F. X., & Parulian, T. S. (2023). Depresi dan ide bunuh diri pada dewasa muda. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 11(1), 1–10.
- Supendi, A. (2023, September 20). *Frustasi Ingin Menikah Pemuda di Indramayu Coba Bunuh Diri Naik Ke Atas Tower*. Okezone News. <https://megapolitan.okezone.com/read/2023/09/20/338/2886697/frustasi-ingin-menikah-pemuda-di-indramayu-coba-bunuh-diri-naik-ke-atas-tower>
- Utomo, A. A., & Rahmasari, D. (2024). Gambaran hopelessness pada mahasiswa yang memiliki ide bunuh diri. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(02), 865–879. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v11n2.p865-879>
- WHO. (2025). *Mental health of adolescents*. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/adolescent-mental-health>
- 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), 36–41. <https://doi.org/10.20473/jn.v17i1.31216>