

Pengaruh *Social Support* dan *Hopelessness* terhadap *Suicidal Ideation* pada Dewasa Awal

The Influence of Social Support and Hopelessness on Suicidal Ideation in Early Adulthood

Priscyllia Sha'idah Mardhiah Sulistiyono

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: priscyllia.20107@mhs.unesa.ac.id

Siti Ina Savira

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: sitisavira@unesa.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan ada tidaknya pengaruh *social support* dan *hopelessness* terhadap *suicidal ideation* pada dewasa awal. Masa dewasa awal digambarkan sebagai transisi dari masa remaja dimana individu perlu melakukan banyak penyesuaian dalam perkembangan psikologisnya. Masa transisi ini dapat memicu terjadinya *suicidal ideation* jika individu tidak dapat melewati masa transisi ini dengan baik. Munculnya *suicidal ideation* dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu *social support* dan *hopelessness*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain regresi berganda. Populasi pada penelitian ini berjumlah 127 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria individu berumur 18 – 25 tahun dan pernah atau sedang memiliki *suicidal ideation*. Alat ukur yang digunakan adalah skala *suicidal ideation* berdasarkan dimensi Rudd (1989), *Social Provision Scale* (Weiss, 1974 dalam Cutrona 1987) yang diadaptasi oleh Putra (2015), dan skala *Hopelessness* berdasarkan dimensi Beck (1974). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *social support* dan *hopelessness* terhadap *suicidal ideation* sebesar 41,8% secara parsial. Secara simultan *social support* berpengaruh sebesar 26,6% dan *hopelessness* berpengaruh sebesar 36,7%. *Hopelessness* mendapatkan hasil lebih berpengaruh daripada *social support* terhadap munculnya *suicidal ideation*.

Kata kunci : *Suicidal ideation, social support, hopelessness, dewasa awal*

Abstract

This study aims to determine whether there is an influence of social support and hopelessness on suicidal ideation in early adulthood. This research uses a quantitative approach with a multiple regression design. The population of this study comprises 127 individuals. The sampling technique used is purposive sampling, with criteria including individuals aged 18-25 years who have had or currently have suicidal ideation. The measurement tools used are the suicidal ideation scale based on Rudd's (1989) dimensions, the Social Provision Scale (Weiss, 1974 in Cutrona, 1987) adapted by Putra (2015), and the hopelessness scale based on Beck's (1974) dimensions. Data analysis employs multiple regression analysis. The research results indicate that social support and hopelessness each have a 41.8% partial influence on suicidal ideation. Simultaneously, social support has an influence of 26.6% and hopelessness has an influence of 36.7%. Hopelessness is found to have a greater impact on the emergence of suicidal ideation compared to social support.

Key word : *Suicidal Ideation, social support, hopelessness, early adulthood*

<p>Article History</p> <p>Submitted :18-06-2024</p> <p>Final Revised : 28-06-2024</p> <p>Accepted : 29-06-2024</p>	 <p><i>This is an open access article under the CC-BY license</i></p> <p><i>Copyright © 2024 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya</i></p>
--	---

Masa dewasa awal didefinisikan sebagai masa transisi, dari segi fisik, segi peranan sosial, dan segi intelektual (Santrock, 2014). Masa dewasa awal ini digambarkan sebagai transisi dari masa remaja dimana individu perlu melakukan banyak penyesuaian dalam perkembangan psikologisnya. Pada masa ini individu banyak diharapkan untuk memiliki emosi yang stabil dalam menjalani tugas perkembangan yang dimilikinya (Davita, 2021). Individu pada masa dewasa awal dituntut untuk selalu benar dalam mengambil berbagai tindakan dalam semua peran yang dimiliki sebagai bentuk tanggung jawabnya menjadi individu yang dinilai matang secara kognitif dan emosi. Putri (2019) menjabarkan bahwa dengan banyak peran dan tanggung jawab yang diemban pada masa dewasa awal membuat beban yang timbul pula semakin besar dan berat. Pengolahan emosi yang tidak tepat dapat menyebabkan individu di masa dewasa awal ini menjadi memiliki pikiran negatif akan hidupnya.

Ketika dihadapkan dengan situasi negatif, beberapa individu memiliki kemampuan untuk mengendalikan emosi mereka sehingga mereka tidak memiliki pikiran negatif akan hidupnya, tetapi beberapa individu lainnya mungkin mengalami kesulitan untuk mengendalikan dan mengontrol emosi mereka, sehingga menyebabkan munculnya desakan akan ide untuk melakukan upaya bunuh diri (Bazrafshan *et al*, 2014). Ide tersebut muncul sebagai salah satu jalan keluar dari tekanan yang dialami. Tekanan yang mereka alami tersebut, membuat mereka merasa tidak memiliki kontrol lagi, tidak ada tempat lain untuk berlindung, atau tidak ada dukungan yang tersedia, sehingga memilih bunuh diri sebagai penyelesaian masalah (Nazri, 2016). Pada situasi tersebut pemikiran untuk bunuh diri tersebut timbul. Secara logika, *suicidal ideation* timbul lebih dulu sebelum upaya tindakan bunuh diri itu sendiri sehingga *suicidal ideation* dapat digunakan sebagai bentuk awal terbentuknya resiko bunuh diri (Klonsky *et al*, 2015).

Hal tersebut diperkuat dengan data yang dikeluarkan oleh Pusiknas Polri (Pusat Informasi Kriminal Nasional Kepolisian RI) yang menyebutkan adanya kasus bunuh diri sebanyak 971 di Indonesia dalam periode Januari hingga Oktober 2023 (www.pusiknas.polri.go.id,2023). Disebutkan pula pada penelitian bahwa sebanyak 33,4% individu dewasa awal melaporkan ide bunuh diri yang sudah direncanakan dan 33,9% individu sudah melakukan upaya bunuh diri (Nock *et al*, 2013). Prevalensi bunuh diri ini juga meningkat secara signifikan dari satu tahun ke tahun selanjutnya. *World Health Organization* (WHO), menjabarkan pula penyebab kematian terbanyak nomor empat adalah bunuh diri pada individu berusia 15 hingga 29 tahun. Angka - angka tersebut bukanlah angka yang sedikit dan dapat dibiarkan begitu saja. Banyaknya kasus bunuh diri tersebut menunjukkan bahwa masalah ini perlu mendapat perhatian lebih lanjut (Wusqa, 2022).

Fortinash & Worret (dalam Aulia *et al*, 2019) menjelaskan bahwa *suicidal ideation* itu sendiri mencakup gagasan yang bersifat tersirat maupun tersurat untuk melukai diri yang diekspresikan secara verbal maupun nonverbal dengan maksud untuk mengakhiri hidup. Beck, *et al* (1979) menjelaskan bahwa *suicidal ideation* termasuk dalam bentuk terjadinya perilaku bunuh diri yang terbagi menjadi tiga yaitu bunuh diri, percobaan bunuh diri, dan *suicidal ideation*. Sifat ide bunuh yang secara internal dan eksternal yang kompleks dan menyakitkan ini menganggap *suicidal ideation* sebagai tanda adanya krisis atau patologi yang berkaitan dengan potensi akan keberakhiran hidup akibat bunuh diri (Priyata, 2020).

Perilaku bunuh diri tidaklah semata berangkat dari pemikiran spontan, melainkan adanya *suicidal ideation* terlebih dahulu baru adanya tindakan yang dilakukan. *Suicidal ideation* ini meningkat seiring bertambahnya usia dan masalah yang dihadapi. Upaya bunuh diri jarang sekali terjadi pada masa kanak-kanak, namun akan meningkat saat memasuki masa remaja, dan akan semakin meningkat pesat ketika dewasa awal (Santrock, 2011). Hal tersebut terjadi karena beban masalah yang dihadapi semakin kompleks namun dukungan yang didapatkan tidak sepadan dengan beban yang diterima. Kemungkinan untuk melakukan bunuh diri dapat menjadi lebih jelas dalam situasi di mana seseorang menghadapi masalah yang signifikan, merasa terisolasi, adanya pandangan negatif terhadap masa depan, merasa rendah diri dan tidak mendapatkan perhatian dari orang sekitarnya (Pramesti, 2019). Hal tersebut yang menjadikan kurangnya *social support* dapat dijadikan sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi munculnya *suicidal ideation*.

Social support ialah salah satu faktor yang mempengaruhi bunuh diri. Adinda dan Prastuti (2021) menyebutkan bahwa pentingnya *social support* telah berulang kali dipaparkan dalam penelitian tentang perkembangan psikopatologi dan perilaku bunuh diri. Roberts & Gilbert (dalam Kusri, 2014) mendefinisikan *social support* sebagai suatu kondisi yang dapat dimanfaatkan oleh individu dari orang yang dapat ia percayai. *Social support* yang dimaksudkan merupakan dukungan dalam bentuk merasa disayangi, dihargai, dicintai, dan diberikan bantuan pada saat mengalami tekanan dalam hidup. Seseorang membutuhkan *social support* untuk mengatasi permasalahan atau tekanan yang mungkin terjadi pada hidupnya. Keluarga, teman, dan orang penting lainnya adalah sumber *social support* yang berperan dalam munculnya pemikiran bunuh diri (Salsabihilla & Panjaitan, 2019). Relevan dengan pemaparan tersebut, *social support* menjadi faktor primer yang menyebabkan munculnya ide bunuh (Klonsky & May, 2015). Hal tersebut menjadikan lemahnya *social support* yang didapatkan diasumsikan dapat menjadi salah satu faktor risiko terjadinya lebih tinggi perilaku bunuh diri (Walsh & Eggert, 2007).

Selain *social support*, *Hopelessness* juga merupakan salah satu faktor yang dapat menjadi prediktor munculnya *suicidal ideation*. Menurut Wenzel dan Beck (2008) ketika seseorang dihadapkan pada situasi yang sulit, *hopelessness* memicu proses kognisi yang terkait dengan bunuh diri. *Hopelessness* sendiri terbagi menjadi tiga dimensi yaitu *feelings about the future* (perasaan tentang masa depan), *loss of motivation* (kehilangan motivasi), dan *future expectation* (ekspektasi akan masa depan) (Beck, 1974). Individu yang merasa putus asa dan memandang tidak ada jalan keluar dari permasalahan yang dialami akan semakin mudah berpikir untuk mengakhiri hidupnya. Semakin tinggi harapan yang kita punya maka semakin rendah pula *suicidal ideation* yang timbul, sedangkan semakin tinggi keputusasaan yang dirasakan maka semakin tinggi pula *suicidal ideation* yang timbul (Huen *et al*, 2015). Overmier dan Seligman (1967) berpendapat bahwa penghadapan pada situasi sulit yang berulang dan

tidak terkendali akan merangsang perasaan putus asa atau *hopelessness* terhadap situasi tersebut.

Berdasarkan uraian fenomena di atas, diketahui bahwa *suicidal ideation* lebih banyak ditemukan pada masa dewasa awal dengan faktor penyebab tidak dapatnya individu dalam mengatasi permasalahan yang terjadi pada dirinya akibat dari proses adaptasi yang dirasakan. Faktor lain yang menyebabkan munculnya *suicidal ideation* adalah kurangnya *social support* yang didapatkan individu serta adanya pandangan negatif akan masa depannya jika tidak dapat menyelesaikan permasalahan yang dihadapi atau *hopelessness*. Merujuk pada fenomena tersebut, membuktikan pentingnya peran *social support* dan *hopelessness* kaitannya dengan munculnya *suicidal ideation*, khususnya pada individu dewasa awal, namun demikian belum banyak penelitian yang menguji peran dua variabel tersebut secara bersamaan yakni: *social support* dan *hopelessness*, terkhusus pada subjek dewasa awal. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk dilakukan untuk mengetahui apakah *social support* dan *hopelessness* mempengaruhi *suicidal ideation* pada individu dewasa awal.

Metode

Metode dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian dengan pendekatan kuantitatif. Jannah (2018) mendefinisikan penelitian dengan pendekatan kuantitatif merupakan penelitian dengan berbasis angka dalam proses pengumpulan hingga analisis datanya. Penelitian kuantitatif adalah suatu metode yang digunakan peneliti untuk menjelaskan suatu masalah penelitian dengan mempertimbangkan dimensi, variabel, dan faktor lain yang dapat mempengaruhi hasil.

Sampel dan populasi

Populasi menurut Creswell (2018) ialah sekelompok individu dengan karakteristik yang serupa. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 127 orang. Sampel diartikan sebagai bagian yang diteliti untuk mendapatkan pandangan umum dari populasi. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *non probability sampling*, dimana peneliti menyeleksi sampel sebab mereka bersedia, nyaman, serta sesuai dengan kriteria yang diinginkan peneliti. Jenis *non probability sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling*, teknik ini merupakan penetapan sampel dengan kriteria spesifik (Sugiyono, 2017). Terdapat kriteria tertentu yang harus terpenuhi oleh subjek yaitu berusia 18 - 25 tahun dan pernah atau sedang memiliki pemikiran (ide) untuk mengakhiri hidup.

Pengumpulan data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner menggunakan *google form* secara *online* dan disebarikan pada media sosial WhatsApp, X, dan Instagram. Penelitian ini menggunakan *likert Scale* dengan variasi item favorable dan unfavorable digunakan dalam kuesioner. Alat ukur yang digunakan merupakan skala *suicidal ideation* berdasarkan dimensi Rudd (1989), *Social Provision Scale* (Weiss, 1974 dalam Cutrona 1987) yang diadaptasi oleh Putra (2015), dan skala *Hopelessness* berdasarkan dimensi Beck (1974).

Uji validitas skala *suicidal ideation* menunjukkan terdapat 4 aitem gugur, pada *Social Provision Scale* terdapat 3 aitem, dan pada skala *Hopelessness* 1 aitem. Setelah dilakukan uji validitas tersisa 12 aitem pada skala *suicidal ideation*, 21 aitem pada *Social Provision Scale*,

dan 20 aitem pada skala *Hopelessness*. Ketiga variabel tersebut secara berturut-turut mendapatkan nilai reliabilitas sebesar 0,574 , 0,881 , dan 0,940.

Analisis data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan bantuan *software* SPSS dengan versi 27.0 for windows. Penelitian menggunakan uji asumsi dan uji hipotesis. Uji asumsi pada penelitian ini melalui uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas, uji autokorelasi, dan uji heteroskedastisitas. Data dapat dilanjutkan pada uji hipotesis jika sudah melewati uji asumsi dan didapatkan hasil bahwa data berdistribusi normal ($p > 0,05$), terdapat hubungan linear ($p > 0,05$), tidak terjadi gejala multikolinearitas (nilai tolerance $> 0,10$ dan VIF $< 10,00$), tidak terjadi autokorelasi ($DU < DW < 4-DU$), dan tidak terjadi gejala heteroskedastisitas ($p > 0,05$). Perhitungan uji hipotesis pada penelitian ini dengan alat bantu SPSS 27.0 for windows menggunakan regresi linear berganda.

Hasil

Berikut hasil statistik deskriptif pada variabel *suicidal ideation*, *social support*, dan *hopelessness* :

Tabel 1. Statistik Deskriptif

	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Suicidal Ideation	127	20	58	42.06	8.089
Social Support	127	25	84	53.74	12.855
Hopelessness	127	23	78	54.86	12.439
Valid N (listwise)	127				

Berdasarkan hasil pada tabel analisis deskriptif diatas menyajikan bahwa subjek yang dipakai dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 127 orang. Pada penelitian ini menggunakan tiga variabel yaitu pertama, variabel *suicidal ideation* sebagai variabel terikat dengan nilai rata – rata 42,06 dengan perolehan skor tertinggi yaitu 58 dan skor terendah yaitu 20. Variabel kedua yaitu *social support* sebagai variabel bebas dengan nilai rata-rata 53,74 dengan perolehan skor tertinggi 84 dan skor terendah 25. Terakhir, variabel ketiga yaitu *hopelessness* yang juga sebagai variabel bebas dengan nilai rata-rata 54,86 dengan perolehan skor tertinggi 78 dan skor terendah 23. Hasil selanjutnya merupakan standar deviasi pada variabel *suicidal ideation* sebesar 8,089, pada variabel *social support* sebesar 12,855, dan pada variabel *hopelessness* sebesar 12,349. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa data penelitian yang diperoleh bersifat bervariasi karena nilai pengolahan data pada variabel lebih dari 1SD (1SD=6).

Kategorisasi skor dilakukan pada masing-masing variabel dengan pembagian skor menjadi 3 kelompok norma yaitu rendah, sedang, dan tinggi (Azwar, 2018). Norma tersebut menggunakan rumus : (1) Rendah : $X < M - 1SD$; (2) Sedang : $M - 1SD \leq X < M + 1SD$; (3) Tinggi : $M + 1SD \leq X$. Berdasarkan kategorisasi skor tersebut dapat dijabarkan bahwa dari 127 jumlah subjek, pada variabel *suicidal ideation* skor rendah sebesar 20 (15.7%), skor sedang 87 (68.5%), dan skor tinggi sebesar 20 (15.7%). Pada variabel *social support* skor rendah sebesar 26 (20.5%), skor sedang 78 (61.4%), dan skor tinggi sebesar 23 (18.1%). Terakhir, pada variabel *hopelessness* skor rendah sebesar 19 (15.0%), skor sedang 85 (66.9%), dan skor tinggi sebesar 23 (18.1%).

Hasil Uji Normalitas

Data dianggap memiliki distribusi normal jika nilai probabilitasnya ($p > 0,05$), dan jika nilai probabilitasnya ($p < 0,05$), maka data dianggap tidak berdistribusi normal. Berikut hasil perhitungan uji normalitas :

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig.	Keterangan
Suicidal Ideation	0,200	Data Berdistribusi Normal
Social Support	0,200	Data Berdistribusi Normal
Hopelessness	0,200	Data Berdistribusi Normal

Uji normalitas menunjukkan bahwa nilai probabilitas $p > 0,05$ yaitu didapatkan nilai p sebesar 0,200 dengan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov. Sehingga dapat dikatakan data berdistribusi normal dengan hasil $0,200 > 0,05$.

Hasil Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan guna memastikan apakah terdapat hubungan linear antara variabel dependen terhadap variabel independen. Pada penelitian ini, uji linearitas dilakukan dengan bantuan SPSS 27.0 *for windows*. Data dapat dianggap linear jika nilai signifikansi ($p > 0,05$) dan dianggap tidak linear jika nilai signifikansi ($p < 0,05$).

Tabel 4. Hasil Uji Linearitas

Variabel	Sig.	Keterangan
Suicidal Ideation*Social Support	0,338	Linear
Suicidal Ideation *Hopelessness	0,513	Linear

Berdasarkan uji linearitas yang sudah dilakukan diatas didapatkan bahwa variabel *suicidal ideation* dan *social support* memiliki hasil uji sebesar 0,338 ($p > 0,05$) dan variabel *suicidal ideation* dan *hopelessness* memiliki hasil uji sebesar 0,513 ($p > 0,05$) yang berarti bahwa hubungan antara variabel dependen dan variabel independen tersebut linear.

Hasil Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas ini dilakukan guna mengetahui apakah terdapat korelasi antara variabel independen pada penelitian regresi. Uji multikolinearitas ini dapat dilakukan dengan

menggunakan teknik *Tolerance* dan *Variance Inflation Factor* (VIF). Data dianggap tidak terjadi gejala multikolinearitas jika nilai tolerance yang didapatkan $> 0,10$ dan nilai VIF yang didapatkan $< 10,00$, dan dianggap terjadi gejala multikolinearitas jika nilai tolerance yang didapatkan $< 0,10$ dan nilai VIF yang didapatkan $> 10,00$.

Tabel 5. Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel	Tolerance	VIF
<i>Social Support</i>	0,711	1.407
<i>Hopelessness</i>	0,711	1.407

Dari tabel diatas, diketahui bahwa data tersebut tidak terjadi gejala multikolinearitas karena hasil uji yang dilakukan pada variabel *social support* dan *hopelessness* menunjukkan nilai tolerance sebesar 0,711 (nilai tolerance $> 0,10$) dan nilai VIF sebesar 1,407 (VIF $<10,00$).

Hasil Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi ini dilakukan guna memastikan ada tidaknya korelasi diantara satu periode (t) dengan periode – periode sebelumnya (t-1). Uji autokorelasi ini diuji dengan menggunakan rumus Durbin Watson. Pada penelitian ini, uji autokorelasi dilakukan dengan bantuan SPSS 27.0 *for windows*. Data dapat dikatakan tidak terjadi autokorelasi jika memenuhi rumus $DU < DW < 4-DU$.

Tabel 6. Hasil Uji Autokorelasi

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin Watson
0,646	0,418	0,408	6,222	1.984

Berdasarkan data di atas didapatkan nilai Durbin-Watson sebesar 1,984. Dengan persyaratan yang harus dipenuhi adalah $DU < DW < 4-DU$. Nilai DU dengan responden 127 didapatkan 1,742 dan 4-DU didapatkan nilai 2,576 sehingga dapat disimpulkan bahwa $1,742 < 1,984 < 2,576$ yang berarti bahwa tidak terjadi autokorelasi.

Hasil Uji Heterokedastisitas

Uji Heterokedastisitas pada penelitian ini dilakukan menggunakan uji Glejser. Uji heterokedastisitas ini dilakukan untuk membuktikan ada atau tidaknya ketidakakuratan pada hasil analisis regresi. Uji autokorelasi dilakukan dengan bantuan SPSS 27.0 *for windows*. Data dapat dianggap tidak terjadi gejala heterokedastisitas jika nilai signifikansi ($p>0,05$) dan dianggap terjadi gejala heterokedastisitas jika nilai signifikansi ($p<0,05$).

Tabel 7. Hasil Uji Heterokedastisitas

	Unstandardized B	Coefficients Std. Error	Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
(Constant)	5.645	2.870		1.967	0.051

Social Support	0.022	0.029	0.078	0.745	0.458
Hopelessness	-0.033	0.031	-0.114	-1.087	0.279

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan nilai signifikansi 0,458 pada variabel *social support* (nilai signifikansi > 0,05) dan nilai signifikansi 0,279 pada variabel *hopelessness* (nilai signifikansi > 0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa data tersebut tidak terjadi gejala heterokedastisitas pada penelitian ini.

Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan guna mengetahui hasil hipotesis yang diajukan ditolak atau diterima. Pada penelitian ini uji hipotesis yang dilakukan menggunakan analisis regresi berganda. Penggunaan analisis regresi berganda dalam penelitian ini, Uji F dilakukan guna mengetahui keterpengaruhannya antara variabel bebas terhadap variabel terikat (secara simultan). Uji F pada penelitian ini dilakukan dengan bantuan *software* SPSS 27.0 *for windows*. Variabel bebas dianggap mempengaruhi variabel terikat secara bersama-sama jika nilai signifikansi $F < 0,05$ atau $F_{hitung} > F_{tabel}$. Berikut merupakan hasil uji F pada penelitian ini :

Tabel 8. Hasil Uji F

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	3463.136	2	1731.568	44.905	<.001
Social Support	4781.478	124	38.560		
Hopelessness	8244.614	126			

Berdasarkan tabel dapat diperoleh kesimpulan bahwa nilai F_{hitung} yang didapatkan ialah sebesar 44,905 dengan F_{tabel} sebesar 3,068 yang berarti $F_{hitung} > F_{tabel}$. Sedangkan nilai signifikansi yang dihasilkan adalah 0,001 yang berarti nilai sig < 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel bebas yaitu *social support* dan *hopelessness* berpengaruh secara simultan terhadap variabel terikat yaitu *suicidal ideation*.

Selain mengetahui apakah ada apakah semua variabel bebas berpengaruh secara bersama-sama terhadap variabel terikat (secara simultan) juga dilakukan Uji T untuk mengetahui apakah variabel bebas secara masing – masing berpengaruh kepada variabel terikat (secara parsial). Uji T ini dilakukan dengan menggunakan *software* SPSS 27.0 *for windows*. Variabel bebas dapat dikatakan masing – masing mempengaruhi variabel terikat jika nilai signifikansi < 0,05 atau $T_{hitung} > T_{tabel}$. Berikut merupakan hasil uji T pada penelitian ini :

Tabel 9. Hasil Uji T

	Unstandardized B	Coefficients Std. Error	Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
(Constant)	34.750	4.978		6.980	<.001
Social Support	-0.171	0.051	-0.273	-3.368	.001
Hopelessness	0.301	0.053	0.459	5.671	<.001

Berdasarkan tabel dapat diperoleh kesimpulan bahwa nilai T_{hitung} pada variabel *social support* sebesar -3.368 dan pada variabel *hopelessness* sebesar 5.671 dengan T_{tabel} 1.978 yang

berarti $T_{hitung} > T_{tabel}$. Pada kedua variabel nilai signifikansi yang didapatkan yaitu $0,001 < 0,05$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa variabel bebas yaitu *social support* dan *hopelessness* berpengaruh secara parsial terhadap variabel terikat yaitu *suicidal ideation*.

Langkah selanjutnya dilakukan analisis koefisien determinasi untuk mengetahui berapa besar pengaruh variabel terikat yang dipengaruhi variabel bebas. Berikut merupakan hasil uji hipotesis yang memaparkan besaran hasil R^2 :

Tabel 10. Hasil Koefisien Determinasi Simultan

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
0,646	0,418	0,408	6,222

Berdasarkan tabel didapatkan nilai koefisien determinasi (R^2) pada variabel *social support* dan *hopelessness* adalah sebesar 0,418. Dapat dijabarkan bahwa kedua variabel memiliki pengaruh sebesar 41,8% terhadap variabel terikat yaitu *suicidal ideation* secara simultan. Sedangkan sisanya yaitu 58,2% dijelaskan oleh variabel lain selain variabel independen dalam penelitian.

Selanjutnya dilakukan analisis koefisien determinasi parsial pada variabel *social support* untuk mengetahui berapa besar pengaruh variabel *social support* terhadap variabel *suicidal ideation*. Berikut merupakan hasil uji hipotesis yang memaparkan besaran hasil R^2 :

Tabel 11. Hasil Koefisien Determinasi Parsial (*Social Support*)

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
0,516	0,266	0,260	6,958

Tabel 11 menunjukkan *social support* memiliki nilai koefisien 0,266 sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel ini memiliki sumbangan efektif sebesar 26,6% pada *suicidal ideation* secara parsial.

Selanjutnya dilakukan analisis koefisien determinasi parsial pada variabel *hopelessness* untuk mengetahui berapa besar pengaruh variabel *hopelessness* terhadap variabel *suicidal ideation*. Berikut merupakan hasil uji hipotesis yang memaparkan besaran hasil R^2 :

Tabel 12. Hasil Koefisien Determinasi Parsial (*Hopelessness*)

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
0,606	0,367	0,362	6,462

Tabel 4.12 menunjukkan *hopelessness* memiliki sumbangan efektif sebesar 36,7% pada *suicidal ideation* secara parsial lebih besar daripada sumbangan efektif *social support*.

Pembahasan

Pada penelitian ini didapatkan hasil adanya pengaruh *social support* dan *hopelessness* terhadap *suicidal ideation* baik secara simultan maupun secara parsial. Hal tersebut dapat

dibuktikan pada tabel 11 dan tabel 12 yang menunjukkan bahwa *suicidal ideation* dipengaruhi oleh *social support* (X1) sebesar 26,6% dan oleh *hopelessness* (X2) sebesar 36,7%. Pengaruh secara simultan antara kedua variabel independen terhadap dependen didapatkan nilai sebesar 41,8%. Hal tersebut dikarenakan *social support* dan *hopelessness* merupakan faktor yang mempengaruhi munculnya *suicidal ideation*. *Suicidal ideation* tersebut dapat muncul karena adanya tekanan atau permasalahan yang dihadapi oleh individu dewasa awal dan tidak teratasi dengan baik sehingga pikiran negatif akan hidup muncul. Adanya masalah yang mungkin sedang dihadapi oleh individu dewasa awal tersebut, jika tidak diimbangi dengan adanya *social support* yang diterima dan *hopelessness* yang dirasakan akan memperkuat tekanan yang akhirnya merujuk pada *suicidal ideation*. *Social support* yang kurang dapat menimbulkan resiko munculnya *suicidal ideation* bahkan hingga ke percobaan bunuh diri itu sendiri (Miller *et al*, 2015). Sedangkan *hopelessness* sendiri terbentuk dari hal kurang baik yang terjadi dengan keyakinan bahwa tidak ada hal lain yang dapat dilakukan untuk memperbaiki keadaan (Tan Dat *et al*, 2023).

Hasil uji parsial menunjukkan bahwa *social support* (X1) memiliki nilai T_{hitung} sebesar -3,368 yang berarti *social support* memiliki pengaruh terhadap *suicidal ideation*. Nilai T_{hitung} yang menunjukkan angka negatif menunjukkan arah pengaruh yang negatif antara *social support* dan *suicidal ideation*. Artinya, arah negatif menunjukkan bahwa jika skor *social support* rendah maka skor *suicidal ideation* tinggi, begitupun sebaliknya. Hal ini didukung dengan hasil penelitian Adinda dan Prastuti (2021) yang membuktikan bahwa terdapat pengaruh dengan arah negatif antara dukungan sosial atau *social support* terhadap ide bunuh diri atau *suicidal ideation* pada mahasiswa.

Nilai koefisien korelasi variabel *social support* (X1) terhadap *suicidal ideation* (Y) ditemukan sebesar -0,516 ($r=0,516$) yang mengartikan hubungan dari kedua variabel tersebut berada pada kategori sedang. Nilai koefisien korelasi negatif sejalan dengan T_{hitung} variabel yang juga negatif, yang berarti semakin rendah skor *social support* yang didapat maka semakin tinggi skor *suicidal ideation* yang didapat, begitupun sebaliknya. Temuan ini memiliki kesesuaian dengan hasil kajian teori yang ada, bahwa *social support* merujuk pada perilaku interpersonal antar individu dimana individu merasa diberikan bantuan pada saat ia mengalami tekanan dalam hidupnya. *Social support* juga didefinisikan sebagai persepsi yang dimiliki individu terhadap bantuan yang didapatkan dari orang lain (Puteri dan Dewi, 2021). *Social support* menjadi salah satu faktor munculnya *suicidal ideation*. Individu yang mendapatkan *social support* rendah memiliki resiko lebih tinggi untuk memunculkan ide bunuh diri (Pajasari dan Wilani, 2020). Kurangnya *social support* dapat menimbulkan lemahnya kebermaknaan hidup bagi individu sehingga berdampak pada kemunculan ide bunuh diri.

Nilai koefisien determinasi yang didapatkan *social support* (X1) terhadap *suicidal ideation* (Y) sebesar 26,6%. Pengaruh tersebut dapat dikatakan cukup untuk menimbulkan munculnya *suicidal ideation* pada individu. *Social support* ini dibutuhkan individu khususnya individu dewasa awal karena pada fase tersebut individu banyak dihadapkan dengan tekanan akan peran-peran baru yang mereka jalani. Individu yang berada dalam posisi tertekan, tidak dapat menyelesaikan masalah, dan tidak adanya dukungan dari orang sekitarnya, dapat mengakibatkan munculnya keinginan melukai diri atau berpikir untuk melakukan bunuh diri bahkan melakukan percobaan bunuh diri.

Pada variabel ini, *social support* dibagi dalam enam dimensi yaitu *attachment*, *social integration*, *reassurance of worth*, *reliable alliance*, *guidance*, dan *opportunity for nurturance*. Keenam dimensi tersebut harus terpenuhi agar individu merasa cukup didukung dan terhindar dari pikiran negatif akan masalah yang dihadapi (Cutrona, 1987). Pada penelitian ini dimensi *opportunity for nurturance* memiliki nilai koefisien yang paling tinggi didapatkan oleh individu, lalu diikuti oleh dimensi *social integration*, dilanjut oleh dimensi *reassurance of worth*, lalu *reliable alliance*, lalu *attachment* dan dimensi *guidance* memiliki nilai koefisien yang paling rendah didapatkan oleh individu. Oleh karena itu, dapat dijabarkan bahwa individu dewasa awal pada penelitian ini lebih kekurangan bimbingan atau nasehat dari orang disekitarnya saat mengalami tekanan sehingga kemunculan *suicidal ideation* tersebut timbul. Individu yang kurang mendapatkan *social support* dari lingkungan sekitarnya ini akan merasa tidak dibutuhkan dan ditolak oleh lingkungan (Ayu dan Muhid, 2022).

Pada variabel *hopelessness* (X2) memiliki nilai T_{hitung} sebesar 5,671 yang menyatakan bahwa *hopelessness* memiliki pengaruh terhadap *suicidal ideation*. Nilai t hitung yang positif menunjukkan arah pengaruh yang positif antara *hopelessness* dan *suicidal ideation*. Artinya, arah positif menunjukkan bahwa jika skor *hopelessness* tinggi atau meningkat maka skor *suicidal ideation* juga akan tinggi atau meningkat. Hal ini didukung dengan Iswari (2019) yang menyatakan bahwa *hopelessness* berpengaruh secara signifikan terhadap *suicidal ideation* dengan arah pengaruh positif. Penelitian lain yang relevan merupakan penelitian Sukma (2022) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *hopelessness* terhadap *suicidal ideation* pada remaja dengan arah hubungan positif.

Nilai koefisien korelasi variabel *hopelessness* (X2) terhadap *suicidal ideation* (Y) ditemukan sebesar 0,606 ($r=0,606$) yang mengartikan hubungan dari kedua variabel tersebut berada pada kategori kuat. Hubungan yang kuat antara dua variabel ini menggambarkan bahwa *hopelessness* memberikan efektivitas yang tinggi terhadap kemunculan *suicidal ideation*. Individu dengan *hopelessness* seringkali ditunjukkan dengan menarik diri dari lingkungan sosial, afeksi diri yang negatif, kepercayaan akan orang lain kurang, tidak puas dengan hubungan sosialnya, merasa kesepian, dan sering merasa gagal (Hidayati dan Muthia, 2016).

Nilai koefisien determinasi yang didapatkan *hopelessness* (X2) terhadap *suicidal ideation* (Y) sebesar 36,7%. Pengaruh tersebut dapat dikatakan besar untuk menimbulkan munculnya *suicidal ideation* pada individu. Secara khusus, individu dengan *hopelessness* tinggi diindikasikan hanya fokus pada keadaan masa sulitnya saja, berorientasi jangka pendek, dan memiliki fokus konkrit pada tindakan ceroboh (Tan Dat *et al*, 2023). Pemikiran individu yang hanya terfokus pada hal sulit yang terjadi dalam hidupnya inilah yang mengakibatkan individu tidak dapat berpikir jernih dalam menghadapi masalahnya. Hal ini sejalan dengan pernyataan Irawan dan Rahmasari (2021) yang menjabarkan bahwa *hopelessness* merupakan keadaan individu yang kehilangan harapan akan kehidupannya baik pada di masa kini maupun masa depan.

Pengaruh dari variabel *hopelessness* ini lebih besar daripada pengaruh yang dihasilkan dari variabel *social support*. *Social support* yang tinggi dinilai masih mampu mengurangi resiko timbulnya *suicidal ideation*. Namun, ketika *hopelessness* yang dirasa individu tinggi, *social support* yang tinggi pun bisa saja tidak mampu untuk menahan perasaan *hopelessness* tersebut. Sebaliknya, perasaan *hopelessness* yang tinggi dapat mengurangi efektivitas *social support*

dalam menyediakan rasa aman akan munculnya *suicidal ideation*. Hal itu menggambarkan bahwa *hopelessness* lebih berpengaruh besar terhadap *suicidal ideation* daripada *social support*.

Hopelessness memiliki hubungan erat dengan harapan (Kusumawardani, 2018). Hal tersebut didukung dengan pendapat Nietzel *et al* (1998) yang menyatakan bahwa *hopelessness* ialah pudarnya harapan dalam individu untuk mengubah kesedihan yang akan timbul di masa depan karena berasumsi bahwa kejadian negatif dalam hidup adalah sesuatu peristiwa yang sudah pasti akan terjadi dan tidak dapat dihindari, sedangkan peristiwa positif dianggap sebagai hal yang tidak akan terjadi. Hal tersebut yang menjadikan individu dengan *hopelessness* lebih mudah memiliki *suicidal ideation*.

Beck dan Wenzel (2008) mengungkapkan bahwa semakin tinggi *hopelessness* yang dirasakan oleh individu, maka perasaannya semakin *overwhelmed*, penilaian akan hidup akan terpengaruh, dan akan terjadi kemungkinan anggapan bahwa tidak ada jalan keluar akan masalah yang mereka hadapi. Hal tersebut terjadi karena individu dengan *hopelessness* dinilai lebih memiliki intensitas emosi negatif yang mempengaruhi cara individu tersebut memandang dirinya dan kehidupan di masa depan secara tidak rasional. Individu ini berorientasi dengan perasaan yang sulit untuk melihat kebahagiaan dan merasa bahwa tidak ada jalan keluar dari tekanan atau masalah yang dialami selain dengan mengakhiri hidupnya.

Pada variabel *hopelessness* ini dimensi *lost of motivation* memiliki nilai koefisien yang paling tinggi didapatkan oleh individu, diikuti oleh variabel *feeling about the future* dan dimensi *future expectation* memiliki nilai koefisien yang paling rendah didapatkan oleh individu. Oleh karena itu, dapat dijabarkan bahwa individu dewasa awal pada penelitian ini lebih berorientasi terhadap perasaan menyerah akan masa depan, tidak lagi memiliki motivasi akan melakukan hal yang diinginkan dalam hidup dan bahkan memutuskan untuk tidak menginginkan apapun lagi dalam hidup.

Variabel *hopelessness* (X2) dinilai lebih berpengaruh daripada variabel *social support* (X1) terhadap *suicidal ideation* (Y) karena penggambaran yang dijabarkan dalam dimensi *hopelessness* lebih mengarah pada pemikiran negatif daripada penggambaran pada dimensi *social support*. Kedua variabel independen ini sebenarnya sama-sama bersifat subjektif atas persepsi individu, namun penggambaran *hopelessness* dirasa peneliti lebih terlihat dan dapat dirasakan daripada pada variabel *social support*. Namun, jika kedua variabel independen ini disatukan, maka pengaruh yang diberikan terhadap variabel dependen akan lebih besar.

Hal tersebut didukung dengan nilai koefisien determinasi yang dihasilkan *social support* dan *hopelessness* terhadap *suicidal ideation* adalah sebesar 41,8%. Hal tersebut selaras dengan pendapat Schafer *et al*, (2022) yang menyatakan bahwa keputusan dan hubungan interpersonal saling kompatibel untuk memprediksi hasil yang berhubungan dengan bunuh diri. Pratiwi (2020) juga mengungkapkan bahwa *social support* merupakan salah satu faktor protektif pada *hopelessness* dan *suicidal ideation*. Hal tersebut menggambarkan bahwa memang kedua variabel independen pada penelitian ini memiliki pengaruh pada variabel dependen.

Dengan demikian dapat dijabarkan bahwa variabel *social support* dan *hopelessness* berpengaruh terhadap *suicidal ideation* baik secara parsial maupun secara simultan. *Hopelessness* mendapatkan hasil lebih berpengaruh daripada *social support* terhadap munculnya *suicidal ideation*. Hal tersebut dikarenakan orientasi yang dirasakan oleh individu

dengan *hopelessness* lebih negatif dan nyata. Individu dengan *hopelessness* pada penelitian ini digambarkan tidak memiliki motivasi akan masa depan dan berhenti menginginkan apapun dalam hidupnya. Sedangkan individu dengan *social support* yang kurang dalam penelitian ini digambarkan dengan individu yang kekurangan mendapatkan bimbingan saat berada dalam tekanan atau mengalami masalah namun masih merasa dapat diandalkan oleh orang disekitarnya dalam beberapa situasi. Namun, saat kedua variabel independen ini disatukan, pengaruh yang ditimbulkan pada variabel dependen menjadi lebih besar. Hal tersebut terjadi karena kedua variabel ini dinilai saling kompatibel dan berhubungan karena keduanya dapat saling memperkuat dalam mempengaruhi perilaku individu. Selain itu, kedua variabel tersebut juga dinilai dapat memperkuat dampak negatif.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh baik secara simultan maupun secara parsial antara *social support* dan *hopelessness* terhadap *suicidal ideation*. Hal ini dibuktikan dengan hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan uji t, uji f, dan koefisien determinasi. Hasil uji pada variabel *social support* mendapatkan nilai signifikansi 0,001 ($p < 0,005$) dengan $T_{hitung} -3,368 (> -1,978)$, dan pada variabel *hopelessness* nilai signifikansi yang didapatkan adalah 0,001 ($p > 0,005$) dengan $T_{hitung} 5,671 (> 1,978)$, yang berarti kedua variabel tersebut berpengaruh secara parsial terhadap variabel *suicidal ideation*. Pada uji f didapatkan hasil nilai signifikansi 0,001 ($p < 0,005$) dengan $F_{hitung} 44,905 (> 3,068)$, yang berarti kedua variabel tersebut berpengaruh secara simultan terhadap variabel *suicidal ideation*.

Koefisien determinasi yang didapatkan pada variabel *social support* dan *hopelessness* secara simultan adalah sebesar 0,418. Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut secara simultan memiliki pengaruh sebesar 41,8% terhadap variabel terikat yaitu *suicidal ideation*. Sedangkan sisanya yaitu 58,2% dijelaskan oleh variabel lain selain variabel independen dalam penelitian. Secara parsial, *social support* berpengaruh sebesar 26,6% terhadap *suicidal ideation* dan *hopelessness* berpengaruh sebesar 36,7% terhadap *suicidal ideation*.

Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah diperoleh, saran yang dapat diberikan peneliti sebagai bahan pertimbangan pada pembaca yaitu dapat digunakan sebagai bahan bacaan dan evaluasi bagi pembaca untuk menambah pengetahuan akan *suicidal ideation* dan latar belakang munculnya. Hal tersebut dapat menjadikan pembaca lebih memahami dan menjadi bentuk antisipasi akan resiko bunuh diri. Pada individu dewasa awal dengan *suicidal ideation* dapat digunakan sebagai bahan acuan akan faktor yang timbul dalam hidup dan cara dalam mengantisipasi tingkat keparahan *suicidal ideation* yang timbul dan bahan resapan individu untuk meminta pertolongan pada profesional baik psikiater ataupun psikolog dan mengkomunikasikan tekanan atau permasalahan yang dirasakan sehingga mendapatkan *social support* yang dibutuhkan. Terakhir, pada peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan topik penelitian yang sama namun berbeda faktor dan dimensi yang diambil. Hal tersebut dapat dilakukan guna lebih memperdalam hal-hal yang diteliti dalam mengkaji ide bunuh diri itu sendiri

Daftar Pustaka

- Abramson, L. Y., Metalsky, G. I., & Alloy, L. B. (1989). Hopelessness depression: A theory-based subtype of depression. *Psychological review*, 96(2), 358. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.96.2.358>
- Adinda, S. T., & Prastuti, E. (2021). Regulasi emosi dan Dukungan Sosial: sebagai prediktor ide bunuh diri mahasiswa. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 6(1), 135- 151. <https://doi.org/10.33367/psi.v6i1.1520>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder Edition (DSM-V)*. Washington : American Psychiatric Publishing. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Ali, S. K., & Soomar, S. M. (2019). Hopelessness Leading to Selfharm and Suicide. *Journal of Neurology and Neuroscience*, 10 (2), 1-2. <https://doi.org/10.36648/2171-6625.10.2.296>
- Aulia, N., Yulastri, Y., & Sasmita, H. (2019). Analisis Hubungan Faktor Risiko Bunuh Diri dengan Ide Bunuh Diri pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 11(4), 307-314. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v11i4.534>
- Artissy, M. N., & Siswadi, A. G. P. (2022). Adaptasi Alat Ukur Revised-Suicide Ideation Scale (R-SIS). *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4(1). <https://doi.org/10.33024/jpm.v4i1.5959>
- Bazrafshan, M. R., Jahangir, F., Mansouri, A., & Kashfi, S. H. (2014). Coping strategies in people attempting suicide. *International journal of high risk behaviors & addiction*, 3(1). <https://doi.org/10.5812/ijhrba.16265>
- Beck, A. T., Kovacs, M., & Weissman, A. (1979) Assessment of suicidal ideation: the Scale for Suicide Ideators. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47, 343-352. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.47.2.343>
- Beck, A. X, Weissman, A., Lester, D., & Trexler, L. (1974). The measurement of pessimism : The Hopelessness Scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47, 861-865. <https://doi.org/10.1037/h0037562>
- Chu., C., Buchman-Schmitt, J. M., Stanley, I. H., Hom, M. A., Tucker, R. P., Hagan, C. R., Joiner Jr, T. E. (2017). The Interpersonal Theory of Suicide : A Systematic Review and Meta-analysis of Decade of Cross-national research. *Psychological bulletin*, 143(12),1313.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2015). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
- Creswell, J. W. (2018). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research*. Pearson Education, Inc.

- Cristiani, G. M., (2011). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan kecenderungan bunuh diri pada remaja panti asuhan (*Doctoral dissertation*, Prodi Psikologi Unika Soegijapranata).
- Cutrona, C. E., Russell, D., & Rose, J. (1987). Social support and adaptation to stress by the elderly. *Psychology And Aging*, 1, 47-54 <https://doi.org/10.1037/0882-7974.1.1.47>
- Davison, G.C., Neale, J.M., & Kring, A.M. (2014). *Abnormal Psychology*. United States Of America : John Wiley & Sons. (2th ed)
- Davita, J. (2021). Hubungan antara Kematangan Emosi dengan Kesiapan Menikah pada Dewasa Awal. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7). Retrieved from <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/44194>
- Eagle, D. E., Hybels, C. F., & Proeschold-Bell, R. J. (2019). Perceived social support, received social support, and depression among clergy. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(7), 2055-2073. <https://doi.org/10.1177/0265407518776134>
- Elledge, D., Zullo, L., Kennard, B., Diederich, A., Emslie, G., & Stewart, S. (2021). Refinement of the role of hopelessness in the interpersonal theory of suicide: an exploration in an inpatient adolescent sample. *Archives of suicide research*, 25(1), 141-155. <https://doi.org/10.1080/13811118.2019.1661896>
- Fortinash, K. M., & Worret, P. A. H. (2014). *Psychiatric mental health nursing*. Elsevier Health Sciences.
- Herawati, I., & Hidayat, A. (2020). Quarterlife Crisis pada masa dewasa awal di Pekanbaru. *Journal An – Nafs : Kajian Penelitian Psikologi*, 5(2), 145-156
- Huen, J. M., Ip, B. Y., Ho, S. M., & Yip, P. S. (2015). Hope and hopelessness: The role of hope in buffering the impact of hopelessness on suicidal ideation. *PloS one*, 10(6), e0130073. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0130073>
- Irawan, H. D., & Rahmasari, D. (2021). Hopelessness Pada Korban PHK Pandemi COVID-19 Yang Memiliki Ide Bunuh Diri. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(8), 176-186. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41701>
- King, L. A. (2014). *Experience psychology* (p. 592). New York, NY: McGraw-Hill.
- Klonsky, D. E., & May, A. M. (2015). The three-step theory (3ST): A new theory of suicide rooted in the "ideation-to-action" framework. *International Journal of Cognitive Therapy*, 8(2), 114-129. <https://doi.org/10.1521/ijct.2015.8.2.114>
- Klonsky, E. D., & Glenn, C. R. (2015). Assessing the Functions of Non-suicidal Self-injury: Psychometric Properties of the Inventory of Statements About Self-injury

- (ISAS). *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 31(3), 215-219. <https://doi.org/10.1007/s10862-008-9107-z>
- Liu, R. T., Kleiman, E. M., Nestor, B. A., & Cheek, S. M. (2015). The Hopelessness Theory of Depression: A Quarter Century in Review. *Clinical psychology : a publication of the Division of Clinical Psychology of the American Psychological Association*, 22(4), 345-365. <https://doi.org/10.1111/cpsp.12125>
- Martin, L. (2016). Understanding the quarter-life crisis in community college students. Regent University.
- McLaughlin, J., Miller, R., Warwick, H. (1996). Delibate Self-Harm in Adolesences : Hopelessness, Depression, and Problem Solving. *Journal of Adolescence*, 19, 523 - 532. <https://doi.org/10.1006/jado.1996.0051>
- Nazri, R. A. (2016). Hubungan antara Spiritualitas dengan Kecenderungan Bunuh Diri pada Orang Dewasa Awal di Kabupaten Gunung Kidul.
- Nock, M. K., Green, J. G., Hwang, I., McLaughlin, K. A., Sampson, N. A., Zaslavsky, A. M., & Kessler, R. C. (2013). Prevalence, correlates, and treatment of lifetime suicidal behavior among adolescents: Results from the national comorbidity survey replication adolescent supplement. *JAMA Psychiatry*, 70(3), 300–310. <https://doi.org/10.1001/2013.jamapsychiatry.55>
- Onie, S. et al. (under review). (2022) Indonesian National Suicide Prevention Strategy 2022: A Preliminary Report. <https://doi.org/10.31234/osf.io/xhqgm>
- Overmier, J. B., & Seligman, M. E. (1967). Effects of inescapable shock upon subsequent escape and avoidance responding. *Journal of comparative and physiological psychology*, 63(1), 28. <https://doi.org/10.1037/h0024166>
- Pajarsari, S. U., & Wilani, N. M. A. (2020). Dukungan Sosial terhadap kemunculan ide bunuh diri pada Remaja. *Widya Caraka J Psychol Humanity*, 1(1), 34-40.
- Pratiwi, J., & Undarwati, A. (2014). Suicide Ideation pada Remaja di Kota Semarang. *Developmental and Clinical Psychology*, 3(1), 24-34. file:///C:/Users/ASUS/Downloads/4445-Article Text9129- 1-10-20141222 (1).pdf
- Puteri, A. P., & Dewi, D. K. (2021). Hubungan antara kontrol diri dan dukungan sosial dengan motivasi belajar pada mahasiswa psikologi universitas negeri surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(6), 1-13. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41517>
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35-40. <https://doi.org/10.23916/08430011>

- Ramadhan, F., & Syahrudin, A. (2019). Gambaran coping stress pada individu bipolar dewasa awal. *Jurnal Psikologi SKIsO (Sosial Klinis Industri Organisasi)*, 1(1), 10-18.
- Ramadhina, V. H. (2023). Hubungan antara Self-Compassion dengan Hopelessness pada Mahasiswa di Masa Emerging Adulthood.
- Reynolds, W. M. (1991). Psychometric characteristics of the Adult Suicidal Ideation Questionnaire in college students. *Journal of personality assessment*, 56(2), 289-307. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5602_9
- Rudd, M. D., & Bryan, C. J. (2021). The brief suicide cognitions scale: development and clinical application. *Frontiers in psychiatry*, 12, 737393. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.737393>
- Rudd, M. D. (1989). The Prevalence of Suicidal Ideation among College Students. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 19(2), 173-183. <https://doi.org/10.1111/j.1943278X.1989.tb01031.x>
- Robinson, O. C., & Wright, G. R. T. (2013). The Prevalence, types and perceived outcomes of crisis episodes in early adulthood and midlife : A structured retrospective autobiographical study. *International Journal of Behavioral Development*, 37(5), 407-416. 78
- Salsabhilla, A., & Panjaitan, R. U. (2019). Dukungan Sosial Dan Hubungannya Dengan Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa Rantau. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 107. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.107-114>
- Santoso, D. Y. (2023). Hubungan Antara Kecemasan dan Ide Bunuh Diri pada Dewasa Awal dengan Adverse Childhood Experiences (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Santrock, J. W. (2011). *Life span development* 13th edition. McGraw Hill.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Sari, Dewi Purnama. (2021). Tingkat Kecapaian Tugas Perkembangan Dewasa Awal: Studi Deskriptif pada Mahasiswa IAIN Curup. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 5(2), 244-266.
- Sugiyono. (2019). *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Taylor, S. E., Klein, L. C., Gruenewald, T. L., Gurung, R. A., & Fernandes-Taylor, S. (2003). Affiliation, social support, and biobehavioral responses to stress. *Social psychological foundations of health and illness*, 314-331. <https://doi.org/10.1002/9780470753552.ch12>

- Walsh, E., & Eggert, L. L. (2007). Suicide risk and protective factors among youth experiencing school difficulties. *International journal of mental health nursing*, 16(5), 349- 359. <https://doi.org/10.1111/j.1447-0349.2007.00483.x>
- Wenzel, A., & Beck, A. T. (2008). A cognitive model of suicidal behavior: Theory and treatment. *Applied and preventive psychology*, 12(4), 189-201. <https://doi.org/10.1016/j.appsy.2008.05.00179>
- Weishaar, M. E., & Beck, A. T. (1992). Hopelessness and suicide. *International Review of Psychiatry*, 4(2), 177-184. <https://doi.org/10.3109/09540269209066315>
- Widjaja, A. K., & Ali, M. M. (2015). Gambaran celebrity worship pada dewasa awal di Jakarta. *humaniora*, 6(1), 21-28. <https://doi.org/10.21512/humaniora.v6i1.3294>
- Wusqa, N., & Novitayani, S. (2022). Risiko Bunuh Diri Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 6(2).