

**PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP
IDE BUNUH DIRI (*SUICIDAL IDEATION*)
PADA MAHASISWA KOTA MALANG**

SKRIPSI



Oleh :

Raihan Noer Muhammad Alfath
NIM. 220401110168

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

2026

**PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP
IDE BUNUH DIRI (*SUICIDAL IDEATION*)
PADA MAHASISWA KOTA MALANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk memenuhi
salah satu persyaratan dalam Memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh :

Raihan Noer Muhammad Alfath
NIM. 220401110168

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2026

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP
IDE BUNUH DIRI (*SUICIDAL IDEATION*)
PADA MAHASISWA KOTA MALANG
SKRIPSI**

Oleh :

Raihan Noer Muhammad Alfath
NIM. 220401110168

Telah Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
<u>Dr. Rofiqah, M.Pd.</u> NIP: 196709282001122002		15 Des '25

Malang, 08 Januari 2026

Mengetahui,

Ketua Program Studi



Dr. Fina Hidayati, MA.
NIP. 198610092015032002.

**PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP
IDE BUNUH DIRI (SUICIDAL IDEATION)
PADA MAHASISWA KOTA MALANG**

SKRIPSI

Oleh :

Raihan Noer Muhammad Alfath
NIM. 220401110168

Telah diujikan dan dinyatakan LULUS oleh Dewan Penguji Skripsi dalam Majelis Sidang
Skripsi pada tanggal 20 Des 2025

DEWAN PENGUJI SKRIPSI

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Sekretaris Penguji Hilda Halida, M.Psi, Psikolog NIP. 199105122023212062		24 Des '26
Ketua Penguji Dr. Rofiqah, M.Pd. NIP. 196709282001122002		23 Des '26
Penguji Utama Prof. Dr. Siti Mahmudah, M.Si NIP. 1976112820002122001		24 Des '26

Disahkan oleh,
Dekan Fakultas Psikologi



Prof. Dr. Siti Mahmudah, M.Si
NIP. 1976112820002122001

NOTA DINAS

Kepada Yth.,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Assalamu'alaikum wr.wb

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul:

**PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL
TERHADAP IDE BUNUH DIRI (*SUICIDAL IDEATION*)
PADA MAHASISWA KOTA MALANG**

Yang ditulis oleh:

Nama : Raihan Noer Muhammad Alfath

NIM : 220401110168

Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamu'alaikum wr.wb

Malang, 08 Januari 2026

Mengetahui,

Dosen Pembimbing



Dr. Rofiqah, M.Pd.
NIP: 196709282001122002

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Raihan Noer Muhammad Alfath

NIM : 220401110168

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP IDE BUNUH DIRI (*SUICIDAL IDEATION*) PADA MAHASISWA KOTA MALANG**, adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada claim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sangsi

Malang, 08 Januari 2026
Penulis



Raihan Noer Muhammad Alfath
NIM. 220401110168

MOTTO

“When we are no longer able to change a situation, we are challenged to change ourselves.”

Viktor E. Frankl

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Bapak Muhammad Tamar selaku ayah saya, sosok yang memiliki makna paling besar dalam hidup saya dan menjadi pilar utama dalam setiap perjalanan yang saya tempuh. Dengan kesabaran, keteguhan, dan kasih sayang yang konsisten, ayah membimbing saya sejak masa-masa ketika saya belum mampu memahami arah dan tujuan hidup, hingga perlahan tumbuh menjadi pribadi yang lebih baik seperti saat ini. Setiap doa, kepercayaan, pengorbanan, serta nasihat yang ayah berikan menjadi dasar yang menguatkan langkah saya untuk terus belajar, berjuang, dan menjaga harapan atas masa depan yang lebih baik.
2. Ibu Rosdiana selaku pintu surga saya, yang dengan penuh keikhlasan senantiasa menghadirkan ridho, ketenangan, dan doa-doa terbaik dalam setiap sholatnya. Doa ibu menjadi sumber kekuatan yang menenangkan hati saya dalam menghadapi setiap proses dan tantangan. Kasih sayang, ketulusan, serta dukungan ibu menjadi cahaya yang mengiringi setiap langkah saya dalam mewujudkan harapan dan cita-cita.
3. Almarhum Vernando dan almarhumah Jamilah Fatahuddin, yang semasa hidupnya telah memberikan arahan, keteladanan, serta pelajaran berharga tentang nilai-nilai kehidupan dan kemanusiaan. Kehadiran dan perhatian mereka, khususnya di saat-saat penulis membutuhkan, meninggalkan jejak yang mendalam dan bermakna. Semoga Allah SWT melimpahkan rahmat-Nya dan menempatkan almarhum dan almarhumah di tempat terbaik di sisi-Nya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur alhamdulillah peneliti panjatkan ke hadirat Allah Subhanahu wa Ta'ala atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada junjungan Nabi Muhammad Shalallahu 'Alaihi Wasallam, yang syafa'atnya senantiasa diharapkan kelak di hari akhir. Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan dapat terselesaikan tanpa adanya dukungan, bantuan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Hj. Ilfi Nur Diana, M.Si., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, atas kebijakan, fasilitas, dan dukungan yang diberikan selama peneliti menempuh pendidikan.
2. Ibu Prof. Dr. Siti Mahmudah, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, atas arahan dan dukungan yang diberikan selama proses pendidikan dan penyusunan skripsi.
3. Ibu Dr. Fina Hidayati, M.A., selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, atas bimbingan, motivasi, dan perhatian yang diberikan kepada peneliti.
4. Ibu Dr. Rofiqah, M.Pd., selaku dosen pembimbing skripsi, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan, arahan, dukungan, serta masukan yang sangat berarti selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Zahra Nurfadilla Ashar selaku sahabat peneliti, yang senantiasa memberikan dukungan dan semangat meskipun terpisah oleh jarak.

6. Muhammad Taqiy selaku saudara, yang selalu memberikan dukungan, perhatian, dan semangat kepada peneliti selama menempuh pendidikan dan proses penyusunan skripsi.
7. Dafa, Hakim, Zaki, Iqbal, Firnass, Syamri, dan Ikhwan yang telah menjadi bagian dari perjalanan peneliti, memberikan kebersamaan, dukungan, serta semangat dalam berbagai proses yang peneliti lalui hingga sampai pada tahap ini.
8. Firyal Rahadatul 'Aisy yang dengan ketulusan dukungan, semangat, dan keceriaannya telah menjadi penyemangat selama proses penyusunan skripsi ini.
9. Seluruh civitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, yang telah memberikan ilmu, pengalaman, dan pembelajaran selama peneliti menempuh pendidikan Strata Satu (S1) Psikologi.
10. Seluruh pihak yang telah terlibat dan membantu, baik secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu, atas segala dukungan dan kontribusi dalam penyelesaian skripsi ini.

Dengan iringan doa dan harapan, peneliti berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat serta keberkahan bagi semua pihak. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan dan kekurangan. Oleh karena itu, peneliti dengan terbuka mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan skripsi ini.

DAFTAR ISI

SKRIPSI	1
LEMBAR PERSETUJUAN.....	1
NOTA DINAS	3
SURAT PERNYATAAN.....	4
MOTTO.....	6
PERSEMBAHAN	7
KATA PENGANTAR	8
DAFTAR ISI	10
DAFTAR TABEL	13
DAFTAR GAMBAR	14
DAFTAR LAMPIRAN.....	15
ABSTRAK.....	16
ABSTRACT	17
المخلص	18
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
1. Manfaat Teoritis	7
2. Manfaat praktis	7
E. Batasan Penelitian.....	9

BAB II KAJIAN TEORI.....	11
A. Kecerdasan Emosional	11
1. Pengertian Kecerdasan Emosional	11
2. Aspek-Aspek Dalam Kecerdasan Emosional	13
3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kecerdasan Emosional	16
4. Kecerdasan Emosional Dalam Perspektif Islam.....	17
B. Ide Bunuh Diri (<i>Suicidal Ideation</i>).....	20
1. Definisi Ide Bunuh Diri (<i>Suicidal Ideation</i>)	20
2. Aspek-Aspek Ide Bunuh Diri	21
3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Ide Bunuh Diri.....	23
4. Ide Bunuh Diri Dalam Perspektif Islam	26
C. Hubungan Variabel X Terhadap Variabel Y	29
D. Kerangka Konseptual	30
E. Hipotesis	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. Jenis Penelitian	31
B. Identifikasi Variabel Penelitian	32
1. Variabel Bebas (<i>Independen</i>).....	32
2. Variabel Terikat (<i>Dependen</i>)	32
C. Definisi Operasional	32
1. Kecerdasan Emosional	32
2. Ide Bunuh Diri.....	33
D. Populasi Penelitian	33
E. Sampel	33
F. Teknik Pengumpulan Data	34
G. Instrumen Pengumpulan Data	35
1. Skala Kecerdasan Emosional.....	35
2. Skala Ide Bunuh Diri	36
H. Validitas dan Reliabilitas.....	37
1. Validitas.....	37

2. Reliabilitas	40
I. Analisis data	41
1. Uji Asumsi.....	41
2. Analisis Deskriptif.....	41
3. Uji Hipotesis	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	43
A. Pelaksanaan Penelitian	43
1. Waktu, Tempat, dan Jumlah Penelitian	43
2. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data	43
B. Hasil Penelitian.....	44
1. Uji Asumsi.....	44
2. Uji Hipotesis	48
3. Analisis Deskriptif.....	51
C. Pembahasan	52
1. Tingkat Kecerdasan Emosional Pada Mahasiswa	52
2. Tingkat Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa.....	54
3. Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa	57
BAB V PENUTUP	61
A. Kesimpulan.....	61
B. Saran	62
DAFTAR PUSTAKA.....	63
LAMPIRAN	68

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skala Kecerdasan Emosional	36
Tabel 3. 2 Beck Scale for Suicide Ideation	37
Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Skala Kecerdasan Emosional	38
Tabel 3. 4 Hasil Uji Validitas Skala Ide Bunuh Diri	39
Tabel 3. 5 Klasifikasi Nilai Reliabilitas.....	40
Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Penelitian	40
Tabel 3. 7 Kategorisasi Data.....	42
Tabel 4. 1 Hasil Uji Normalitas.....	45
Tabel 4. 2 Skewness Dan Kurtosis	46
Tabel 4. 3 Uji Linearitas	47
Tabel 4. 4 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana	48
Tabel 4. 5 Uji Koefisien Determinasi.....	49
Tabel 4. 6 Uji Korelasi Antar Variabel.....	50
Tabel 4. 7 Hasil Uji Statistik Deskriptif	51
Tabel 4.8 Kategorisasi Data.....	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual.....	30
Gambar 4. 1 P-P Plot.....	45
Gambar 4. 2 Scatterplot.....	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Informed Consent.....	68
Lampiran 2 Skala Kecerdasan Emosional	70
Lampiran 3 Skala Ide Bunuh Diri.....	77
Lampiran 4 Hasil Uji Validitas Kecerdasan Emosional	83
Lampiran 5 Hasil Uji Validitas Ide Bunuh Diri	84
Lampiran 6 Hasil Uji Reliabilitas Kecerdasan Emosional	85
Lampiran 7 Hasil Uji Reliabilitas Ide Bunuh Diri.....	85
Lampiran 8 Hasil Uji Normalitas	85
Lampiran 9 Plot P-P	86
Lampiran 10 Skewness & Kurtois	86
Lampiran 11 Hasil Uji Linearitas	86
Lampiran 12 Scatterplot Hasil Linearitas	87
Lampiran 13 Hasil Uji Regresi Sederhana	87
Lampiran 14 Uji Koefiensi Determinasi	87
Lampiran 15 Uji Korelasi Antar Aspek.....	88
Lampiran 16 Hasil Analisis Deskriptif.....	88
Lampiran 17 Analisis Frekuensi.....	88

ABSTRAK

Raihan Noer Muhammad Alfath. 220401110168. Psikologi. 2026. Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Ide Bunuh Diri (*Suicidal Ideation*) pada Mahasiswa Kota Malang. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing: Dr. Rofiqah, M.Pd.

Kata kunci: Kecerdasan Emosional, Ide Bunuh Diri, Mahasiswa Kota Malang, Kesehatan Mental Mahasiswa.

Bunuh diri merupakan permasalahan kesehatan mental yang serius dan terus menunjukkan peningkatan, khususnya pada kelompok usia dewasa awal termasuk mahasiswa. Mahasiswa berada pada fase transisi perkembangan yang ditandai oleh tuntutan akademik, sosial, dan kemandirian yang tinggi sehingga rentan mengalami tekanan psikologis. Tekanan yang tidak terkelola dengan baik dapat memicu munculnya ide bunuh diri sebagai tahap awal dari perilaku bunuh diri. Salah satu faktor psikologis yang dipandang berperan sebagai faktor protektif terhadap ide bunuh diri adalah kecerdasan emosional, yaitu kemampuan individu dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi secara adaptif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional dan ide bunuh diri serta menganalisis pengaruh kecerdasan emosional terhadap ide bunuh diri pada mahasiswa Kota Malang.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek penelitian berjumlah 292 mahasiswa aktif Kota Malang yang diperoleh menggunakan teknik *non-probability* sampling dengan pendekatan *purposive sampling*. Kecerdasan emosional diukur menggunakan skala kecerdasan emosional berdasarkan teori Goleman, sedangkan ide bunuh diri diukur menggunakan *Beck Scale for Suicide Ideation* (BSSI). Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan analisis deskriptif serta regresi linear sederhana.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berada pada kategori sedang, sedangkan ide bunuh diri berada pada kategori rendah hingga sedang. Uji hipotesis menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berpengaruh negatif dan signifikan terhadap ide bunuh diri, yang berarti semakin tinggi kecerdasan emosional mahasiswa maka semakin rendah kecenderungan munculnya ide bunuh diri. Temuan ini menegaskan pentingnya pengembangan kecerdasan emosional sebagai upaya preventif untuk menekan risiko ide bunuh diri pada mahasiswa Kota Malang.

ABSTRACT

Raihan Noer Muhammad Alfath. 220401110168. Psychology. 2026. The Effect of Emotional Intelligence on Suicidal Ideation among Malang City University Students. Undergraduate Thesis. Faculty of Psychology, Maulana Malik Ibrahim State Islamic University of Malang.

Supervisor: Dr. Rofiqah, M.Pd.

Keywords: Emotional Intelligence, Suicidal Ideation, Malang City University Students, Student Mental Health.

Suicide is a serious mental health problem that continues to increase, particularly among young adults including university students. University students experience a developmental transition marked by high academic demands, social pressures, and increasing independence, which may heighten psychological vulnerability. When such pressures are not managed effectively, they may lead to suicidal ideation as the early stage of suicidal behavior. Emotional intelligence is considered an important psychological protective factor, defined as the ability to recognize, understand, and regulate emotions in an adaptive manner. This study aims to examine the level of emotional intelligence and suicidal ideation and to analyze the effect of emotional intelligence on suicidal ideation among Malang City university students.

This study employed a quantitative approach with a correlational research design. The participants consisted of 292 active university students in Malang City, selected using non-probability sampling techniques including purposive sampling. Emotional intelligence was measured using an emotional intelligence scale based on Goleman's theory, while suicidal ideation was assessed using the Beck Scale for Suicide Ideation (BSSI). Data were collected through questionnaires and analyzed using descriptive statistics and simple linear regression analysis.

The results indicated that emotional intelligence was generally at a moderate level, while suicidal ideation was predominantly at a low to moderate level. Hypothesis testing revealed a significant negative effect of emotional intelligence on suicidal ideation, indicating that higher emotional intelligence is associated with lower levels of suicidal ideation. These findings highlight the importance of emotional intelligence development as a preventive effort to reduce the risk of suicidal ideation among Malang City university students.

الملخص

ريحان نور محمد الفتح. ٢٠٢٤. ١١١٠١٦٨. علم النفس. ٢٠٢٦. تأثير الذكاء العاطفي على الأفكار الانتحارية لدى طلاب الجامعات في مدينة مالانج. البحث الجامعي. كلية علم النفس، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج. المشرف: الدكتورة روفيقه، الماجستير في التربية

الكلمات المفتاحية: الذكاء العاطفي، الأفكار الانتحارية، طلاب جامعات مدينة مالانج، الصحة النفسية للطلاب.

يعد الانتحار مشكلة خطيرة في الصحة النفسية تستمر في التزايد، خاصة بين الشباب بما في ذلك طلاب الجامعات. يمر طلاب الجامعات بمرحلة انتقالية تنموية تتميز بمطالب أكاديمية عالية وضغوط اجتماعية واستقلالية متزايدة، مما قد يزيد من الضعف النفسي. عندما لا تُدار هذه الضغوط بفعالية، قد تؤدي إلى ظهور الأفكار الانتحارية كمرحلة أولى من السلوك الانتحاري. يُعتبر الذكاء العاطفي عاملاً وقائياً نفسياً مهماً، ويُعرّف بأنه القدرة على التعرف على المشاعر وفهمها وتنظيمها بطريقة تكيفية. تهدف هذه الدراسة إلى فحص مستوى الذكاء العاطفي والأفكار الانتحارية وتحليل تأثير الذكاء العاطفي على الأفكار الانتحارية لدى طلاب جامعات مدينة مالانج.

استخدمت هذه الدراسة المنهج الكمي بتصميم بحثي ارتباطي. تكون المشاركون من ٢٩٢ طالباً نشطاً في جامعات مدينة مالانج، تم اختيارهم باستخدام تقنيات أخذ العينات غير الاحتمالية بما في ذلك العينات الهادفة والملائمة والكرة الثلجية. تم قياس الذكاء العاطفي باستخدام مقياس الذكاء العاطفي القائم على نظرية جولمان، بينما تم تقييم الأفكار الانتحارية باستخدام مقياس بيك للأفكار الانتحارية. تم جمع البيانات من خلال الاستبيانات وتحليلها باستخدام الإحصاء الوصفي وتحليل الانحدار الخطي البسيط.

أشارت النتائج إلى أن الذكاء العاطفي كان بشكل عام في المستوى المتوسط، بينما كانت الأفكار الانتحارية في الغالب في المستوى المنخفض إلى المتوسط. كشف اختبار الفرضية عن تأثير سلبي كبير للذكاء العاطفي على الأفكار الانتحارية، مما يشير إلى أن ارتفاع الذكاء العاطفي يرتبط بانخفاض مستويات الأفكار الانتحارية. تُبرز هذه النتائج أهمية تطوير الذكاء العاطفي كجهد وقائي لتقليل خطر الأفكار الانتحارية بين طلاب جامعات مدينة مالانج.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan zaman yang ditandai dengan percepatan globalisasi, kemajuan teknologi, serta kompleksitas tuntutan akademik dan sosial telah membawa implikasi signifikan terhadap kehidupan individu. Dinamika tersebut berkontribusi pada meningkatnya kerentanan terhadap berbagai permasalahan psikologis, terutama ketika individu tidak mampu mengelola stres dan emosi secara adaptif. Salah satu konsekuensi serius dari gangguan kesehatan mental yang tidak tertangani dengan baik adalah munculnya perilaku bunuh diri. Menurut laporan *World Health Organization* (WHO), Lebih dari 720.000 orang meninggal dunia akibat bunuh diri setiap tahun, sehingga kasus bunuh diri menjadi salah satu penyebab kematian utama di dunia. Lebih lanjut, WHO menerangkan bahwa bunuh diri merupakan penyebab kematian ketiga terbanyak di kalangan usia 15–29 tahun (WHO, 2025).

Laporan dari *U.S Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) juga menunjukkan adanya peningkatan jumlah kematian akibat bunuh diri setiap tahunnya. Pada tahun 2023, tercatat lebih dari 49.000 kasus kematian akibat bunuh diri, 12,8 juta jiwa memiliki pikiran serius untuk bunuh diri, 3,7 juta jiwa telah melakukan rencana untuk bunuh diri, dan 1,5 juta jiwa mencoba untuk bunuh diri di Amerika Serikat. Angka tersebut setara dengan rata-rata satu kasus kematian yang terjadi setiap 11 menit (CDC, 2025). Berdasarkan data dari *National Institute of Mental Health* (NIH) menunjukkan bahwa bunuh diri merupakan penyebab utama kedua kematian pada individu antara usia 10 sampai 34 tahun (NIH, 2025).

Fenomena bunuh diri ini telah berkembang menjadi tantangan besar tidak hanya di tingkat global, tetapi juga merupakan persoalan krusial yang dihadapi Indonesia, sebagaimana tercermin dari data Kepolisian Republik Indonesia (Polri) yang menunjukkan tren angka kejadian bunuh diri yang cukup mengkhawatirkan dalam beberapa tahun terakhir. Sepanjang tahun 2023, terdapat sebanyak 1.345 insiden bunuh diri yang tersebar di seluruh wilayah Indonesia, kemudian mengalami peningkatan signifikan menjadi 1.439 kasus pada tahun 2024 yang dimana remaja dengan usia 17-25 tahun ditemukan sebanyak 75 kasus atau setara 8,8% dan mayoritas dari kasus tersebut terjadi pada kalangan mahasiswa. Sementara untuk periode 2025 dalam rentang waktu Januari hingga Agustus terekam bahwa setidaknya terdapat 970 kejadian bunuh diri yang

mengindikasikan peningkatan potensi jumlah kasus menjelang akhir tahun (Pusiknas, 2025).

Dari perspektif distribusi geografis, Pusiknas (2024) menjelaskan bahwa Provinsi Jawa Timur konsisten menduduki posisi kedua sebagai penyumbang kasus bunuh diri terbesar secara nasional selama tahun 2023 dan 2024 dengan angka yang mencapai lebih dari 190 insiden per tahun. Lebih spesifik, data yang ditemukan oleh Pusiknas (2025) mengemukakan bahwa Kota Malang tercatat sebagai daerah dengan tingkat kasus bunuh diri tertinggi di Jawa Timur berdasarkan catatan Polres Kota Malang yang menangani setidaknya 30 kasus setiap tahunnya, sehingga data-data tersebut menegaskan bahwa problematika bunuh diri di Indonesia, khususnya di wilayah Jawa Timur dan Kota Malang, merupakan fenomena yang sangat serius dan memerlukan upaya penanganan yang komprehensif serta mendalam. Berbagai kasus yang semakin mengkhawatirkan terlihat dari kondisi spesifik di Kota Malang, dimana sepanjang tahun 2025 telah tercatat setidaknya terjadi tiga kejadian bunuh diri dengan metode yang beragam, mulai dari konsumsi zat beracun hingga terjun dari ketinggian. Aspek yang paling mengkhawatirkan dari kasus-kasus tersebut adalah adanya indikasi bahwa salah satu korban sebelumnya pernah mengungkapkan keinginannya untuk mengakhiri hidup pada keluarganya, namun informasi tersebut tampaknya tidak mendapat respons yang memadai (Novrian, 2025).

Melihat berbagai kasus bunuh diri yang telah terjadi, penting untuk memahami secara mendalam tahapan awal yang dapat mendorong individu menuju tindakan bunuh diri, karena efektivitas intervensi sangat bergantung pada pemahaman terhadap fase-fase awal tersebut. Penelitian yang dilakukan Karisma & Fridari (2021) mengungkapkan bahwa setiap tindakan manusia selalu dimulai dari proses kognitif, termasuk bunuh diri yang pada dasarnya diawali dengan munculnya pemikiran atau ide. Ide bunuh diri sendiri merujuk pada pemikiran terkait perencanaan, perilaku, serta konsekuensi bunuh diri, kematian, dan tindakan yang dapat merugikan diri sendiri. Ide bunuh diri merujuk pada gagasan atau pikiran mengenai cara untuk menyakiti diri sendiri atau mengakhiri hidup. Alexandra & Raharjo (2025) mengemukakan bahwa terdapat beberapa pihak memandang tindakan bunuh diri sebagai solusi terakhir bagi individu yang merasa tidak sanggup lagi untuk menyelesaikan persoalan yang dihadapinya; di sisi lain, terdapat sebagian pihak yang melihatnya sebagai upaya untuk melepaskan diri dari rasa sakit, tekanan, atau beban hidup yang dirasakan selama ini. Ide bunuh diri merupakan fase permulaan dalam proses berkembangnya perilaku bunuh diri, yang dimulai dari munculnya pikiran bunuh diri,

berlanjut pada tindakan atau gerakan bunuh diri, kemudian berkembang menjadi upaya bunuh diri, dan akhirnya berujung pada bunuh diri itu sendiri. Perkembangan perilaku bunuh diri yang berlangsung secara progresif dapat menyebabkan ide bunuh diri yang pada awalnya hanya berupa konsep mental yang berhubungan dengan kematian berkembang menjadi tindakan bunuh diri yang sesungguhnya (Putri & Satwika, 2022).

Perilaku bunuh diri seseorang dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kondisi psikologis, biologis, dan gaya hidup individu, terutama kemampuan mengatur emosi negatif seperti kesepian, putus asa, dan ketidakberdayaan, dimana orang yang tidak bisa mengendalikan emosi negatifnya lebih berisiko memiliki pikiran bunuh diri. Sedangkan faktor eksternal mencakup peristiwa buruk dalam hidup, kondisi keluarga, ekonomi, lingkungan pergaulan, dan pengaruh teknologi. Ide bunuh diri biasanya muncul ketika seseorang tidak mampu mengatasi emosi negatif akibat masalah yang dihadapi, ditambah dengan lemahnya kemampuan mengatur emosi, dan tidak adanya dukungan dari keluarga atau teman-teman di sekitarnya, sehingga pikiran untuk mengakhiri hidup menjadi semakin kuat dan sulit dikendalikan (Adinda & Prastuti, 2021).

Kelompok mahasiswa yang mayoritas berada pada rentang usia 18-25 tahun, menunjukkan kerentanan yang signifikan terhadap ide bunuh diri. Fase kehidupan ini ditandai dengan berbagai transisi penting, mulai dari adaptasi terhadap lingkungan akademik yang lebih kompetitif, tuntutan kemandirian, hingga eksplorasi identitas diri. Tekanan akademik yang tinggi, ketidakpastian masa depan, serta dinamika sosial yang kompleks dalam lingkungan kampus sering kali menjadi pemicu stres berkepanjangan (Putra *et al.*, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Atqiya & Coralia (2023) mengenai ide bunuh diri pada mahasiswa di Kota Bandung menunjukkan dari 89 mahasiswa, sebanyak 24 mahasiswa yang masuk ke dalam kategori sedang (27,0%), dan sebanyak 4 mahasiswa memiliki ide bunuh diri dengan kategori tinggi (4,5%). Temuan ini menekankan bahwa hampir sepertiga dari mahasiswa mengalami ide bunuh diri pada tingkat yang mengkhawatirkan. Lebih lanjut, ditemukan bahwa mahasiswa perempuan memperlihatkan skor ide bunuh diri yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa laki-laki, serta mahasiswa pada tahun studi keempat menunjukkan skor tertinggi dibandingkan angkatan lainnya akibat tuntutan akademik yang lebih berat. Faktor pemicu yang paling dominan dalam munculnya ide bunuh diri adalah masalah keluarga. Lebih lanjut,

Penelitian yang dilakukan oleh Novitayani *et al.* (2023) menunjukkan bahwa terdapat 12,3% yang berada dalam kategori risiko tinggi pada mahasiswa kesehatan di Aceh. Penelitian ini juga menemukan bahwa mahasiswa dapat berisiko bunuh diri disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya beban kerja yang melelahkan, kecemasan terkait masa depan profesional, dan tingginya tingkat stres akademik. Temuan ini menegaskan urgensi untuk menaruh perhatian serius terhadap kesehatan mental mahasiswa, sehingga fenomena ide bunuh diri ini perlu disoroti lebih lanjut guna memahami faktor penyebab serta mencari strategi penanganan yang efektif.

Perbedaan tingkat risiko antara berbagai kelompok mahasiswa mengindikasikan adanya variasi dalam kemampuan regulasi emosi dan adaptasi terhadap tekanan akademik maupun sosial. Banyaknya tekanan yang dihadapi mahasiswa menunjukkan perlunya keterampilan psikologis yang memadai untuk mengelola stres dan emosi, sehingga aspek seperti kecerdasan emosional menjadi penting untuk diperhatikan dalam upaya mengurangi kemunculan ide bunuh diri pada mahasiswa (Azan *et al.*, 2025).

Menjadi mahasiswa merupakan fase transisi penting yang membawa status baru bagi individu. Pada tahap ini, mahasiswa dipandang sebagai *agent of change* yang memiliki peran strategis dalam mendorong perubahan sosial. Status tersebut tidak hanya memberikan identitas baru, tetapi juga melahirkan tanggung jawab sekaligus beban yang harus dijalani. Oleh karena itu, dibutuhkan kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi secara efektif pada mahasiswa yang dikenal sebagai kecerdasan emosional (Julika & Setiyawati, 2019).

Salovey *et al.* (1990) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai "kemampuan untuk memahami perasaan diri sendiri, untuk berempati terhadap perasaan orang lain dan untuk mengatur emosi, yang secara bersama berperan dalam peningkatan taraf hidup seseorang". Goleman, (1995) memperluas konsep ini dengan mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk memotivasi diri, ketahanan dalam menghadapi kegagalan, mengendalikan emosi, menunda kepuasan, serta mengatur keadaan jiwa.

Penelitian yang dilakukan oleh Destianda & Hamidah (2019) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kecerdasan emosional dengan ide bunuh diri pada remaja yang menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional yang dimiliki remaja maka semakin rendah kecenderungan munculnya ide bunuh diri, dan sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosional berpotensi meningkatkan risiko munculnya ide tersebut.

Lebih lanjut, penelitian yang dilakukan oleh Nugsria *et al.* (2023) menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan negatif dan signifikan terhadap *quarter life crisis* pada dewasa awal. Artinya, semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki individu, maka semakin rendah tingkat stres yang dialami dalam menghadapi *quarter life crisis*, begitu pula sebaliknya. Temuan ini menegaskan bahwa kecerdasan emosional memiliki pengaruh yang signifikan dalam menghadapi permasalahan atau tekanan yang dialami oleh individu.

Kecerdasan emosional sebagai kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi secara efektif telah terbukti menjadi faktor protektif yang berperan penting dalam mencegah berbagai gangguan psikologis. Di sisi lain, ide bunuh diri sebagai fase awal dari perilaku bunuh diri merupakan indikator kritis yang memerlukan perhatian serius karena dapat berkembang menjadi tindakan yang lebih berbahaya jika tidak ditangani dengan tepat. Kondisi tersebut mencerminkan adanya tekanan psikologis yang dialami mahasiswa, baik yang bersumber dari tuntutan akademik, proses penyesuaian diri, maupun dinamika sosial yang kompleks. Mahasiswa yang berada pada tingkat gejala depresi sedang hingga tinggi berpotensi mengalami kesulitan dalam mengelola emosi negatif, seperti perasaan putus asa, kelelahan mental, dan penurunan motivasi, yang dalam kondisi tertentu dapat berkembang menjadi pikiran-pikiran destruktif (Putra *et al.*, 2023).

Berangkat dari urgensi tersebut, peneliti melakukan studi pra-penelitian terhadap 41 mahasiswa di Kota Malang untuk memperoleh gambaran awal mengenai kecenderungan ide bunuh diri pada mahasiswa dengan menggunakan alat ukur berupa *Beck Scale for Suicidal Ideation* (BSSI). Hasil pra-penelitian menunjukkan temuan yang perlu mendapat perhatian, di mana dari 41 mahasiswa yang menjadi responden, sebanyak 13 mahasiswa (31,7%) berada pada kategori ide bunuh diri rendah, 21 mahasiswa (51,2%) berada pada kategori ide bunuh diri sedang, dan 7 mahasiswa (17,1%) berada pada kategori ide bunuh diri tinggi. Data tersebut mengindikasikan bahwa mayoritas mahasiswa menunjukkan kecenderungan ide bunuh diri pada kategori sedang. Temuan ini menjadi perhatian serius mengingat ide bunuh diri merupakan salah satu indikator penting dari risiko perilaku bunuh diri. Mahasiswa dengan kecenderungan ide bunuh diri pada tingkat sedang hingga tinggi cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola tekanan psikologis, perasaan putus asa, serta ketidakmampuan dalam mengatur emosi negatif, yang dalam kondisi tertentu dapat berkembang menjadi dorongan untuk

mengakhiri hidup (Karisma & Fridari, 2021). Kondisi ini memperkuat urgensi penelitian untuk mengkaji lebih dalam mengenai ide bunuh diri pada mahasiswa di Kota Malang, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang berpotensi berperan sebagai faktor protektif, salah satunya adalah kecerdasan emosional yang memiliki peran penting dalam menekan muncul dan berkembangnya ide bunuh diri.

Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji hubungan antara kecerdasan emosional dan ide bunuh diri, sebagian besar studi terdahulu masih berfokus pada populasi remaja secara umum atau mahasiswa di wilayah geografis tertentu seperti Kota Bandung dan Aceh dengan karakteristik demografis yang berbeda. Penelitian Destianda & Hamidah (2019) yang menemukan hubungan negatif antara kecerdasan emosional dengan ide bunuh diri dilakukan pada remaja, sementara studi Atqiya & Coralia (2023) serta Novitayani *et al.* (2023) lebih menekankan pada prevalensi ide bunuh diri tanpa mengeksplorasi secara mendalam peran kecerdasan emosional sebagai faktor protektif. Selain itu, belum ditemukan penelitian yang secara spesifik mengkaji pengaruh kecerdasan emosional terhadap ide bunuh diri pada mahasiswa di Kota Malang, yang merupakan wilayah dengan tingkat kasus bunuh diri tertinggi di Jawa Timur.

Penelitian ini menawarkan kebaruan dengan secara spesifik dilakukan pada mahasiswa di Kota Malang yang merupakan wilayah dengan prevalensi kasus bunuh diri tertinggi di Jawa Timur dengan setidaknya 30 kasus setiap tahunnya, memberikan konteks geografis dan sosial yang spesifik serta relevan dengan urgensi permasalahan bunuh diri di wilayah tersebut. Hasil pra-penelitian terhadap 41 mahasiswa menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa berada pada kategori ide bunuh diri sedang hingga tinggi, yaitu sebesar 68,3% (51,2% pada kategori sedang dan 17,1% pada kategori tinggi). Temuan ini mengindikasikan adanya kecenderungan ide bunuh diri yang cukup serius pada mahasiswa di Kota Malang, mengingat ide bunuh diri merupakan indikator penting yang dapat meningkatkan risiko berkembangnya perilaku bunuh diri apabila tidak ditangani secara tepat (Karisma & Fridari, 2021). Dengan demikian, penelitian ini penting dilakukan untuk mengkaji secara lebih mendalam faktor psikologis yang berpotensi menjadi faktor protektif terhadap ide bunuh diri pada mahasiswa, salah satunya kecerdasan emosional.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat kecerdasan emosional pada mahasiswa Kota Malang?
2. Bagaimana tingkat ide bunuh diri pada Kota Malang?
3. Apakah terdapat pengaruh kecerdasan emosional terhadap ide bunuh diri pada mahasiswa Kota Malang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini ialah:

1. Untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional pada mahasiswa Kota Malang.
2. Untuk mengetahui tingkat ide bunuh diri pada mahasiswa Kota Malang.
3. Untuk mengetahui bagaimana pengaruh kecerdasan emosional terhadap ide bunuh diri pada mahasiswa Kota Malang

D. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini memberikan manfaat berupa:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam ranah psikologi klinis yang berkaitan dengan faktor-faktor protektif terhadap ide bunuh diri. Hasil penelitian ini dapat memperkaya pemahaman mengenai hubungan antara kecerdasan emosional dan kesehatan mental mahasiswa, sehingga menambah literatur ilmiah terkait bagaimana kemampuan pengelolaan emosi dapat berperan dalam mencegah munculnya pikiran bunuh diri.

2. Manfaat praktis

a. Mahasiswa

Penelitian ini mampu memberikan pemahaman yang lebih mendalam kepada mahasiswa mengenai pentingnya kecerdasan emosional sebagai keterampilan psikologis yang esensial dalam menghadapi tekanan hidup. Dengan adanya hasil penelitian ini, mahasiswa dapat menyadari bahwa kemampuan dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi berperan penting dalam mencegah munculnya ide bunuh diri. Hal ini dapat memotivasi mahasiswa untuk lebih

memperhatikan aspek pengembangan diri, khususnya dalam meningkatkan kecerdasan emosional, sehingga mereka dapat lebih adaptif dalam mengatasi stres akademik, tuntutan sosial, serta dinamika kehidupan sehari-hari.

b. Lembaga Pendidikan

Penelitian ini dapat memberikan masukan yang berharga dalam merancang strategi preventif dan kuratif terhadap permasalahan psikologis yang dialami mahasiswa. Hasil penelitian dapat menjadi dasar bagi pihak kampus untuk memperkuat layanan konseling, program pengembangan karakter, maupun kegiatan pembinaan mental mahasiswa. Dengan adanya temuan ini, institusi pendidikan dapat lebih fokus dalam merancang program atau kurikulum yang tidak hanya menekankan pencapaian akademik, tetapi juga mendukung perkembangan kecerdasan emosional sebagai salah satu pilar penting kesehatan mental mahasiswa.

c. Masyarakat

Penelitian ini bermanfaat untuk meningkatkan kesadaran mengenai peran penting kecerdasan emosional dalam menjaga kesehatan mental, khususnya dalam upaya pencegahan bunuh diri. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai rujukan untuk menumbuhkan pemahaman bahwa kemampuan dalam mengelola emosi bukan hanya relevan dalam interaksi sosial, tetapi juga sangat berpengaruh terhadap ketahanan psikologis individu. Dengan demikian, masyarakat dapat lebih peduli terhadap isu kesehatan mental dan berperan aktif dalam menciptakan lingkungan yang mendukung pengembangan kecerdasan emosional, sehingga risiko munculnya ide bunuh diri dapat ditekan.

E. Batasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa batasan yang perlu diperhatikan dalam menginterpretasikan hasil penelitian:

1. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan analisis regresi linear sederhana, sehingga temuan yang diperoleh menunjukkan adanya pengaruh secara statistik antara kecerdasan emosional dan ide bunuh diri, namun belum dapat menjelaskan hubungan sebab-akibat secara mutlak. Dengan kata lain, meskipun kecerdasan emosional terbukti berhubungan secara signifikan dan berarah negatif dengan ide bunuh diri, interpretasi temuan tetap perlu memperhatikan bahwa desain penelitian ini tidak mengontrol kondisi secara eksperimental.
2. Penelitian ini hanya berfokus pada satu variabel prediktor, yaitu kecerdasan emosional, sedangkan ide bunuh diri merupakan fenomena kompleks yang dipengaruhi oleh berbagai faktor biopsikososial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional mampu menjelaskan 50,7% variasi ide bunuh diri, sementara 49,3% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti. Faktor tersebut berpotensi mencakup variabel demografis (jenis kelamin, usia, status ekonomi), variabel psikologis lain (depresi, kecemasan, harga diri, resiliensi), variabel sosial (dukungan sosial, konflik interpersonal, stigma), serta variabel situasional (stres akademik, masalah keuangan, peristiwa hidup traumatis). Dengan demikian, temuan penelitian ini belum dapat menggambarkan keseluruhan determinan ide bunuh diri pada mahasiswa secara komprehensif.
3. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan pendekatan *purposive sampling*, sehingga setiap anggota populasi tidak memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai responden. Selain itu, kriteria inklusi penelitian menetapkan karakteristik responden sebagai mahasiswa aktif berusia 18–25 tahun serta memiliki ide bunuh diri, yang menyebabkan temuan penelitian ini memiliki keterbatasan dalam hal generalisasi. Hasil penelitian lebih tepat dipahami sebagai gambaran hubungan variabel pada karakteristik responden yang sesuai dengan kriteria penelitian, dan bukan untuk merepresentasikan seluruh mahasiswa di Kota Malang secara universal.
4. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner *self-report*, sehingga respons yang diberikan sangat bergantung pada kejujuran, pemahaman responden terhadap

item, serta kondisi psikologis saat mengisi skala. Mengingat topik ide bunuh diri bersifat sensitif, terdapat kemungkinan adanya bias respons sosial (*social desirability*) atau kecenderungan responden untuk menyembunyikan pengalaman psikologis tertentu. Hal ini dapat memengaruhi akurasi pengukuran ide bunuh diri yang diperoleh melalui instrumen penelitian.

5. Penelitian ini terbatas pada mahasiswa yang berada di Kota Malang sebagai konteks geografis penelitian. Kondisi sosial, budaya, dan dinamika psikologis mahasiswa dapat berbeda pada wilayah lain, sehingga generalisasi hasil penelitian ke populasi mahasiswa di daerah lain perlu dilakukan secara hati-hati. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan replikasi pada konteks geografis yang berbeda serta mempertimbangkan variasi karakteristik demografis agar diperoleh pemahaman yang lebih luas terkait pengaruh kecerdasan emosional terhadap ide bunuh diri.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kecerdasan Emosional

1. Pengertian Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk memahami, mengenali, dan mengelola emosi diri sendiri maupun orang lain secara efektif. Konsep ini kini banyak diterapkan di berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam bidang pendidikan, pekerjaan, dan interaksi sosial. Menurut Dâmbean & Gabor (2021), individu yang mampu mengatur emosinya dengan baik menunjukkan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi, karena mereka mampu menyesuaikan pola pikir dan perilaku dengan situasi yang dihadapi maupun untuk mencapai tujuan tertentu.

Istilah kecerdasan emosional pertama kali diperkenalkan pada tahun 1990 oleh Peter Salovey dari Harvard University dan John Mayer dari University of New Hampshire untuk menjelaskan aspek emosional yang dianggap berperan penting dalam kesuksesan individu. Salovey & Mayer yang dikutip dari Fauzi (2017) mendefinisikan kecerdasan emosional atau *emotional Intelligence* (EI), sebagai bagian dari kecerdasan sosial yang meliputi kemampuan untuk menyadari perasaan diri sendiri maupun orang lain, membedakan jenis emosi yang muncul, serta memanfaatkan informasi tersebut untuk mengarahkan pemikiran dan tindakan. Konsep kecerdasan emosional kemudian semakin dikenal luas setelah dipopulerkan oleh Daniel Goleman melalui bukunya *Emotional Intelligence*, dan hingga kini menjadi topik penting dalam ranah psikologi, pendidikan, bisnis, maupun kepemimpinan (Doho *et al.*, 2023).

Menurut Goleman, (1995:45) *Emotional Intelligence* (EI) atau kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu untuk mengenali, memahami, dan mengatur emosi diri sendiri maupun orang lain, sekaligus mengekspresikan perasaan secara tepat. Selain itu, EI mencakup kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, menghadapi situasi frustrasi, mengendalikan dorongan, menahan kepuasan berlebihan, serta mempertahankan kestabilan emosi agar kemampuan berpikir tidak terganggu oleh stres.

Kecerdasan emosional (EI) kerap diidentikkan dengan fungsi otak kanan, yang berbeda dari kemampuan otak kiri. Otak kiri umumnya dikaitkan dengan kemampuan analitis, berpikir secara logis dan linear, serta berkaitan dengan bahasa dan hubungan sebab-akibat. Sebaliknya, otak kanan lebih berperan dalam aspek kreativitas, intuisi, kepekaan, serta cara berpikir yang menyeluruh atau holistik. Ketika kemampuan berpikir logis dari otak kiri dipadukan dengan pemrosesan emosional dari otak kanan, akan tercipta keseimbangan yang mendorong penilaian yang bijaksana dan pengambilan keputusan yang lebih matang. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa dalam jangka panjang, kecerdasan emosional menjadi indikator yang lebih andal dibandingkan kecerdasan intelektual (IQ) dalam menentukan keberhasilan seseorang, khususnya dalam hal komunikasi, hubungan interpersonal, dan kepemimpinan (Putri Mukhlisa *et al.*, 2023).

Emosi memengaruhi cara individu berpikir dan bertindak. Keadaan emosional yang tidak stabil dapat menghambat proses kognitif seperti konsentrasi, pengambilan keputusan, dan pemecahan masalah. Ketika seseorang dikuasai oleh rasa cemas atau marah, maka bagian otak yang bertanggung jawab atas fungsi rasional akan terganggu. Kemampuan mengenali dan mengatur emosi menjadi sangat penting dalam mendukung keberhasilan belajar dan bekerja. Kecerdasan emosional memungkinkan individu untuk tetap fokus, tenang, dan bijaksana dalam situasi yang menekan (Goleman, 1995).

Individu yang memiliki kecerdasan emosional tinggi cenderung lebih tahan terhadap stres, memiliki daya tahan psikis, serta mampu menjaga ketenangan dalam menghadapi tekanan. Ketahanan tersebut membantu individu menghindari gangguan psikologis seperti depresi dan kecemasan. Selain itu, kemampuan dalam memahami dan merespons emosi orang lain secara tepat juga memperkuat kualitas hubungan sosial dan kolaborasi (Putri Mukhlisa *et al.*, 2023).

Berdasarkan berbagai definisi yang telah dikemukakan, kecerdasan emosional dapat dipahami sebagai kemampuan individu dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri maupun orang lain secara efektif. Konsep ini awalnya dikembangkan oleh Salovey dan Mayer yang menekankan

peran emosi dalam mengarahkan pikiran dan tindakan. Selanjutnya, konsep kecerdasan emosional dipopulerkan dan dikembangkan lebih luas oleh Goleman (1995) yang menempatkan kecerdasan emosional sebagai kemampuan penting dalam mengendalikan emosi, menghadapi tekanan psikologis, dan menjaga keseimbangan emosi dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, dalam penelitian ini peneliti menggunakan definisi kecerdasan emosional menurut Goleman sebagai landasan konseptual utama, karena definisi tersebut dinilai paling sesuai untuk menjelaskan kemampuan individu dalam mengelola emosi negatif yang berpotensi berkaitan dengan munculnya ide bunuh diri.

2. Aspek-Aspek Dalam Kecerdasan Emosional

Menurut Goleman, (1995:58-59) kecerdasan emosi terdiri dari 5 dimensi antara lain sebagai berikut:

a) Mengenali Emosi Diri

Mengenali emosi diri didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengenali dan mengidentifikasi perasaan pada saat perasaan tersebut muncul. Kesadaran diri merupakan fondasi utama dari kecerdasan emosional yang akan menentukan kualitas aspek-aspek lainnya. Kemampuan memantau perasaan secara berkelanjutan merupakan elemen fundamental bagi pengembangan wawasan psikologis dan pemahaman diri individu. Ketidakmampuan dalam mencermati perasaan yang sesungguhnya akan menyebabkan individu berada dalam dominasi perasaan tanpa adanya kontrol yang memadai. Sebaliknya, individu yang memiliki keyakinan kuat terhadap perasaannya sendiri akan menjadi pengendali yang andal bagi kehidupannya. Mereka memiliki kepekaan yang lebih tinggi terhadap perasaan mereka yang sesungguhnya, sehingga mampu melakukan pengambilan keputusan-keputusan personal dengan lebih efektif, mulai dari menentukan pasangan hidup hingga memilih jalur karier yang akan ditempuh.

b) Mengelola Emosi

Mengelola emosi merupakan kemampuan untuk menangani perasaan agar dapat terekspresikan secara proporsional dan tepat. Kecakapan dalam mengelola emosi sangat bergantung pada kesadaran diri sebagaimana telah diuraikan sebelumnya. Mengelola emosi mencakup kemampuan untuk melakukan penghiburan terhadap diri sendiri, melepaskan kecemasan, mengatasi kemurungan, dan mengelola perasaan tersinggungan, serta mampu mengatasi konsekuensi yang timbul akibat kegagalan dalam mengendalikan emosi. Individu yang memiliki kemampuan rendah dalam keterampilan ini akan mengalami pertarungan berkelanjutan dengan perasaan murung dan mengalami kesulitan untuk keluar dari siklus emosi negatif. Sebaliknya, individu yang memiliki kompetensi tinggi dalam mengelola emosi dapat melakukan pemulihan dengan lebih cepat dari kemerosotan dan kejatuhan dalam kehidupan. Kemampuan ini menjadi determinan penting untuk tidak terperangkap dalam permasalahan emosional dan mampu menjalani kehidupan dengan keseimbangan yang lebih baik.

c) Motivasi Diri

Motivasi diri sendiri merupakan kemampuan untuk menata emosi sebagai instrumen dalam pencapaian tujuan. Kemampuan ini memiliki peran krusial dalam memberikan perhatian, memotivasi diri sendiri, menguasai diri sendiri, dan mengembangkan kreativitas. Pengendalian diri emosional yang meliputi kemampuan menahan diri terhadap kepuasan sesaat dan mengendalikan dorongan hati merupakan landasan fundamental bagi kesuksesan dalam berbagai bidang kehidupan. Ketika individu mampu mengendalikan emosinya untuk tetap terfokus pada tujuan, maka individu tersebut akan mampu mencapai kondisi "flow" yang memungkinkan terwujudnya kinerja tinggi dalam berbagai bidang. Individu yang memiliki keterampilan ini cenderung menunjukkan tingkat produktivitas dan efektivitas yang lebih tinggi dalam berbagai aktivitas

yang dilakukan, karena mereka tidak mudah mengalami distraksi akibat emosi-emosi yang menghambat pencapaian tujuan.

d) Mengenali Emosi Orang Lain

Mengenali emosi orang lain juga dikenal sebagai empati. Empati merupakan kemampuan yang bergantung pada kesadaran diri emosional dan merupakan keterampilan bergaul dasar yang sangat esensial dalam interaksi sosial. Kemampuan ini mencakup pemahaman terhadap akar empati, kesadaran akan biaya sosial akibat ketidakpedulian secara emosional, dan pemahaman mengenai alasan-alasan empati dalam memupuk perilaku altruisme. Individu yang memiliki kemampuan empatik yang tinggi lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan kebutuhan atau keinginan orang lain. Kepekaan ini memungkinkan mereka untuk memberikan respons yang tepat terhadap kebutuhan orang lain. Individu dengan karakteristik ini sangat sesuai untuk profesi-profesi yang memerlukan kepekaan sosial tinggi seperti keperawatan, pengajaran, penjualan, dan manajemen.

e) Membina Hubungan

Aspek ini mengkaji keterampilan dan ketidakterampilan sosial, serta kompetensi-kompetensi spesifik yang berkaitan dengan interaksi interpersonal. Kemampuan membina hubungan merupakan keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan, dan keberhasilan dalam relasi antarpribadi. Individu yang memiliki kompetensi tinggi dalam keterampilan ini akan mencapai kesuksesan dalam berbagai bidang yang mengandalkan pergaulan yang mulus dengan orang lain, dan mereka sering disebut sebagai bintang-bintang pergaulan. Keterampilan ini melibatkan kemampuan berkomunikasi secara efektif, mempengaruhi orang lain secara positif, mengelola konflik, dan membangun jaringan sosial yang solid. Kesuksesan dalam aspek ini sangat bergantung pada penguasaan keempat aspek sebelumnya, mengingat untuk dapat mengelola emosi orang lain, individu harus terlebih dahulu mampu mengenali dan mengelola emosinya sendiri, serta memiliki kemampuan empati terhadap perasaan orang lain.

Penelitian ini menggunakan kecerdasan emosional sebagai satu kesatuan variabel. Setiap aspek kecerdasan emosional memberikan kontribusi terhadap kemampuan individu dalam melakukan penyesuaian diri secara menyeluruh. Variabel kecerdasan emosional dipahami sebagai konstruksi utuh yang mencerminkan kapasitas individu dalam mengenali, mengelola, memotivasi, serta menjalin hubungan yang sehat dengan orang lain. Teori ini tetap relevan dan sering diterapkan hingga sekarang, sebagaimana dijelaskan oleh Miftahul Faradisi *et al.* (2025).

3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kecerdasan Emosional

Menurut Goleman, (1995:267-282), terdapat beberapa faktor yang memengaruhi perkembangan kecerdasan emosional seseorang:

a) Lingkungan Keluarga

berperan sebagai institusi pendidikan emosional yang paling awal dan mendasar. Kontribusi orangtua menjadi krusial karena mereka merupakan figur pertama yang dijadikan panutan oleh anak, dimana perilaku mereka akan diserap dan menjadi bagian integral dari karakter anak. Pembelajaran kecerdasan emosional dapat dimulai sejak masa bayi melalui demonstrasi berbagai bentuk ekspresi emosi. Pembentukan karakter emosional dalam lingkup keluarga memberikan manfaat jangka panjang bagi anak, seperti pengembangan kedisiplinan, rasa tanggung jawab, kemampuan berempati, dan kepekaan sosial. Fondasi yang kuat ini membantu anak mengembangkan kemampuan pengendalian diri dan ketenangan dalam menghadapi tantangan, serta mendukung konsentrasi yang baik sambil meminimalisir munculnya perilaku destruktif atau negatif.

b) Lingkungan di Luar Keluarga

meliputi komunitas masyarakat dan lingkungan pendidikan formal. Perkembangan kecerdasan emosional berlangsung selaras dengan pertumbuhan fisik dan kognitif anak. Proses pembelajaran ini sering terekspresikan melalui aktivitas bermain, khususnya permainan peran dimana anak mencoba memosisikan diri sebagai orang lain dengan segala

dimensi emosionalnya, sehingga mengembangkan pemahaman terhadap kondisi dan perasaan orang lain. Peningkatan kecerdasan emosional dapat difasilitasi melalui berbagai program pelatihan terstruktur, termasuk pelatihan ketegasan, pengembangan empati, dan berbagai metode pembinaan emosional lainnya.

4. Kecerdasan Emosional Dalam Perspektif Islam

Kecerdasan emosional dalam perspektif Islam tidak hanya dipahami sebagai kemampuan mengelola emosi semata, melainkan sebagai kecakapan spiritual yang mencakup pengendalian diri dan dimensi hubungan dengan Allah SWT serta sesama manusia (Sa'idah, 2023). Menurut Muhammad Utsman Najati, seorang psikolog Muslim kontemporer, kecerdasan emosional adalah kemampuan yang berasal dari hati (*qalb*) untuk mengaktifkan nilai-nilai mendalam, mentransformasikan pikiran menjadi tindakan nyata, dan membantu manusia memahami hal-hal yang tidak dapat dipahami melalui akal pikiran (Ramadhani & Khotimah, 2023).

Kecerdasan emosional dalam Islam mencakup enam komponen utama yang saling berkaitan dalam membentuk kepribadian muslim yang matang. Mengendalikan emosi marah mengajarkan seseorang untuk tidak terbawa amarah dan tetap tenang dalam situasi sulit, mengendalikan keserakahan berarti tidak berlebihan dalam mengejar harta dunia sehingga melupakan kewajiban kepada Allah, mengendalikan rasa takut dengan menempatkannya sebagai motivasi positif tanpa berlebihan hingga putus asa, mengendalikan cemburu dan iri dengan membedakan *ghirah* yang terpuji dari perasaan destruktif, mengendalikan kesombongan melalui sikap *tawadhu* dan rendah hati, serta memiliki rasa malu sebagai benteng internal yang mencegah perbuatan tercela karena kesadaran akan pengawasan Allah SWT.

Allah SWT berfirman dalam surah Al-Imran ayat 134:

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ ۗ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

Artinya:

"(yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan mema'afkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan." (QS. Ali Imran: 134)

Ayat ini menekankan pentingnya pengendalian emosi dan perilaku sosial yang baik. Frasa “menahan amarah” menunjukkan kemampuan individu untuk mengatur diri (*self-regulation*) ketika menghadapi emosi negatif, sesuai dengan konsep kecerdasan emosional. Dalam Islam, mengendalikan amarah dianggap sebagai kekuatan moral, bukan kelemahan. Ayat ini juga menekankan empati dan pemaafan melalui ungkapan “memaafkan kesalahan orang”, yaitu kemampuan memahami kondisi orang lain dan meresponsnya dengan bijak, sejalan dengan keterampilan sosial dalam kecerdasan emosional. Motivasi untuk berbuat baik tercermin pada frasa “Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan”, yang menunjukkan motivasi intrinsik untuk melakukan kebaikan secara konsisten demi meraih ridha Allah. Selain itu, ungkapan “menafkahkan hartanya, baik di waktu lapang maupun sempit” menggambarkan kesadaran sosial, yaitu kepekaan terhadap kebutuhan orang lain dan kemampuan bertindak tanpa bergantung pada kondisi pribadi. Dengan demikian, ayat ini menekankan pengendalian diri, empati, pemaafan, motivasi berkelanjutan, dan kepedulian sosial sebagai aspek penting dalam kecerdasan emosional yang selaras dengan ajaran Islam (Sarnoto & Rahmawati, 2020).

Konsep pengendalian diri dan pemaafan sebagaimana dijelaskan dalam ayat sebelumnya, diperkuat oleh firman Allah SWT dalam surah Al-A'raf ayat 199:

خُذِ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ

Artinya:

"Jadilah engkau pemaaf dan suruhlah orang mengerjakan yang makruf, serta berpalinglah dari orang-orang yang bodoh." (QS. Al-A'raf: 199)

Ayat ini melengkapi pemahaman tentang kecerdasan emosional dalam Islam dengan mengajarkan tiga aspek penting yang saling berkaitan. Pertama, kemampuan memaafkan yang menunjukkan pengendalian emosi dan kematangan psikologis dalam menghadapi kesalahan orang lain. Kedua, mengajak kepada kebaikan yang mencerminkan keterampilan sosial dan kepedulian terhadap perbaikan masyarakat. Ketiga, kemampuan menghindari konfrontasi dengan orang yang tidak berakal yang menggambarkan kebijaksanaan dalam mengelola emosi pada situasi yang berpotensi menimbulkan konflik. Ketiga aspek ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional dalam Islam bukan hanya bersifat individual, melainkan juga sosial dan berorientasi pada kemaslahatan bersama.

Lebih lanjut, karakteristik individu yang memiliki kecerdasan emosional tinggi dalam perspektif Islam digambarkan dalam surah Al-Furqan ayat 63:

وَعِبَادُ الرَّحْمَنِ الَّذِينَ يَمْشُونَ عَلَى الْأَرْضِ هَوْنًا وَإِذَا خَاطَبَهُمُ الْجَاهِلُونَ قَالُوا سَلَامًا

Artinya:

"Dan hamba-hamba Tuhan yang Maha Penyayang itu (ialah) orang-orang yang berjalan di atas bumi dengan rendah hati dan apabila orang-orang jahil menyapa mereka, mereka mengucapkan kata-kata (yang mengandung) keselamatan." (QS. Al-Furqan: 63)

Ayat ini menggambarkan ciri-ciri hamba Allah yang memiliki kecerdasan emosional tinggi dalam dua dimensi utama. Dimensi pertama adalah sikap rendah hati (*tawadhu*) yang mencerminkan kemampuan mengendalikan kesombongan dan arogansi, sebuah komponen fundamental dalam kematangan emosional. Dimensi kedua adalah kemampuan merespons perlakuan negatif dengan bijaksana dan santun, yang menunjukkan pengendalian diri dan keterampilan sosial yang matang. Kedua dimensi ini sejalan dengan konsep pengendalian amarah dan pemaafan sebagaimana dijelaskan dalam ayat-ayat sebelumnya, yang secara komprehensif membentuk karakteristik individu yang cerdas secara emosional dalam pandangan Islam. Dengan demikian, ketiga ayat tersebut secara

berkesinambungan menjelaskan bahwa kecerdasan emosional dalam Islam meliputi pengendalian diri, empati, pemaafan, kerendahan hati, dan kemampuan berinteraksi sosial yang konstruktif sebagai manifestasi dari keimanan dan ketakwaan kepada Allah SWT.

B. Ide Bunuh Diri (*Suicidal Ideation*)

1. Definisi Ide Bunuh Diri (*Suicidal Ideation*)

Ide bunuh diri adalah gagasan atau pemikiran tentang mengakhiri hidup sendiri yang sering kali muncul sebagai reaksi terhadap berbagai permasalahan hidup yang kompleks. Walaupun tidak semua orang yang mengalami ide bunuh diri akan melaksanakan tindakan tersebut, risiko terjadinya percobaan akan meningkat ketika individu dibebani oleh beberapa kendala sekaligus. Dengan kata lain, upaya bunuh diri biasanya bukan disebabkan satu faktor tunggal, melainkan oleh kombinasi faktor (Elliyghaniy & Alwi, 2024).

Menurut Beck *et al.*, (2009:18) ide bunuh diri dapat dipahami sebagai segala pikiran, gambaran, keyakinan, suara, atau kognisi lain yang dialami oleh individu mengenai niat untuk mengakhiri hidupnya sendiri. Reynolds (1991) yang dikutip dalam Damopolii & Rohmadani (2025) menjelaskan bahwa ide bunuh diri merupakan pikiran dan kognisi yang dimiliki oleh individu yang berkaitan dengan perilaku bunuh diri dan keinginan untuk bunuh diri, yang dapat dianggap sebagai tanda utama untuk risiko bunuh diri yang lebih serius. Rudd (1989) yang dikutip dalam Qurratu *et al.* (2024) menambahkan bahwa ide bunuh diri merupakan pikiran yang muncul dalam diri individu yang dimulai dari pemikiran untuk bunuh diri yang bersifat *covert* (tertutup) hingga ide bunuh diri yang lebih *overt* (terbuka), dan pada akhirnya dapat berkembang menjadi upaya bunuh diri yang sebenarnya. Sementara itu, *Three-Step Theory* (3ST) menekankan bahwa ide bunuh diri berkembang melalui kombinasi antara rasa sakit yang intens, terutama secara psikologis, perasaan putus asa, lemahnya ikatan sosial dengan lingkungan, serta adanya kemampuan atau keberanian untuk melakukan tindakan bunuh diri (Klonsky *et al.*, 2016).

Dari beberapa pengertian di atas, peneliti menyimpulkan ide bunuh diri sebagai pikiran, gambaran, atau kognisi yang dialami individu mengenai niat untuk mengakhiri hidupnya sendiri. Peneliti menggunakan definisi dari Beck *et al.*, (2009:18) yang mendefinisikan ide bunuh diri sebagai segala pikiran, gambaran, keyakinan, suara, atau kognisi lain yang dialami oleh individu mengenai niat untuk mengakhiri hidupnya sendiri, yang diukur menggunakan *Beck Scale for Suicidal Ideation* (BSSI) dengan tiga aspek yaitu *active suicidal desire*, *passive suicidal desire*, dan *preparation*. Penelitian memilih teori dan instrumen ini karena BSSI telah divalidasi di Indonesia pada dewasa awal dengan reliabilitas sangat baik ($\alpha = 0.963$) dan terbukti sesuai untuk populasi Indonesia (Kesuma *et al.*, 2021).

2. Aspek-Aspek Ide Bunuh Diri

Berdasarkan Beck *et al.*, (2009:27-29) skala ide bunuh diri mengukur tiga aspek utama, yaitu:

a) Keinginan bunuh diri secara aktif (*Active suicidal desire*)

Aspek ini merujuk pada kondisi di mana individu memiliki keinginan eksplisit dan nyata untuk mengakhiri hidupnya. Aspek ini ditandai dengan adanya komunikasi langsung mengenai niat untuk bunuh diri, baik secara verbal maupun melalui tindakan. *Intent* atau niat bunuh diri didefinisikan sebagai memiliki keinginan untuk membunuh diri sendiri dan memiliki intensi untuk bertindak atas keinginan tersebut. Dalam konteks ini, individu tidak hanya mengalami pikiran tentang kematian, melainkan juga memiliki dorongan yang kuat untuk melaksanakan tindakan bunuh diri disertai dengan alasan-alasan yang mendukung niat tersebut. *Suicide ideation* yang dikategorikan sebagai *active suicidal desire* adalah pikiran bunuh diri yang disertai dengan *suicidal desire* yang *genuine*, bukan sekadar pikiran intrusif yang tidak diinginkan seperti yang dialami pada gangguan obsesif-kompulsif.

b) Keinginan bunuh diri secara pasif (*Passive suicidal desire*)

Aspek ini menggambarkan kondisi yang berbeda dari keinginan aktif, di mana individu memiliki pikiran atau fantasi tentang kematian namun tanpa rencana konkret atau niat yang jelas untuk melakukan tindakan bunuh diri. *Passive suicidal desire* dapat bermanifestasi melalui keinginan untuk mati dengan cara pasif, seperti berhenti mengonsumsi obat-obatan yang diperlukan untuk bertahan hidup atau berharap tidak terbangun lagi dari tidur. Individu dengan *passive suicidal desire* seringkali melaporkan ambivalensi mengenai keinginan mereka untuk hidup atau mati, di mana mereka mengalami konflik internal antara keinginan untuk melepaskan diri dari penderitaan dengan ketakutan akan kematian itu sendiri. Salah satu ilustrasi menggambarkan seorang pasien yang memiliki berbagai motivasi untuk melakukan tindakan membahayakan diri, termasuk keinginan untuk melarikan diri dari masalahnya, namun tidak sepenuhnya memiliki niat kuat untuk mati.

c) Persiapan (*Preparation*)

Aspek persiapan merupakan tahap di mana pemikiran bunuh diri menjadi lebih terstruktur dan terarah pada tindakan konkret. *Preparatory behavior* didefinisikan sebagai kondisi ketika seseorang terlibat dalam perilaku dengan intensi untuk mempersiapkan diri melakukan bunuh diri. Aspek ini mencakup berbagai tindakan persiapan seperti mengumpulkan atau menyimpan metode bunuh diri yang spesifik, misalnya menimbun pil-pil obat atau membeli senjata api, serta membuat persiapan lain untuk mengakhiri hidup seperti memberikan barang-barang berharga kepada orang lain atau menulis surat wasiat dan surat bunuh diri. Selain persiapan fisik, aspek ini juga melibatkan perencanaan mental yang detail mengenai bagaimana, kapan, dan di mana tindakan bunuh diri akan dilakukan.

3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi Ide Bunuh Diri

Menurut (Beck *et al.*, 2009), faktor-faktor yang memengaruhi munculnya ide bunuh diri (*suicidal ideation*) terdiri atas beberapa aspek yang saling berkaitan, yaitu:

a) Faktor disposisional

Faktor disposisional adalah kerentanan yang berasal dari sifat dan kepribadian individu yang membuat seseorang lebih mudah mengalami tekanan psikologis dan memunculkan pikiran untuk mati. Beck *et al.*, (2009: 63-72) menjelaskan bahwa terdapat dua bentuk utama dari faktor disposisional, yaitu impulsivitas dan perfeksionisme sosial.

1) Impulsivitas

Impulsivitas merupakan kecenderungan individu untuk bertindak secara cepat tanpa pertimbangan yang matang terhadap akibatnya. Orang yang impulsif cenderung mengambil keputusan emosional saat mengalami tekanan berat. Dalam konteks ide bunuh diri, impulsivitas membuat seseorang sulit mengendalikan dorongan emosional, sehingga lebih mudah berpikir atau bertindak ke arah bunuh diri ketika menghadapi masalah.

2) Perfeksionalisme sosial

Perfeksionisme sosial adalah keyakinan bahwa orang lain menuntut kesempurnaan dari diri individu. Ketika seseorang merasa gagal memenuhi harapan tersebut, ia akan merasa tidak berharga dan menilai dirinya secara negatif. Perasaan gagal dan rendah diri yang berulang dapat memperkuat skema berpikir negatif dan menimbulkan ide untuk mengakhiri hidup.

b) Faktor kognitif

Menurut Beck *et al.*, (2009: 60-63), proses kognitif memiliki peran utama dalam munculnya ide bunuh diri. Individu dengan skema berpikir negatif akan menilai diri, dunia, dan masa depannya secara pesimis. Pandangan kognitif yang terdistorsi ini kemudian menimbulkan *hopelessness* atau keputusasaan,

yaitu keyakinan bahwa segala usaha tidak akan membawa perubahan yang berarti.

1) Skema negatif

Skema negatif adalah pola berpikir yang terbentuk dari pengalaman hidup yang menyakitkan. Skema ini menyebabkan seseorang menafsirkan peristiwa secara keliru dan menolak informasi positif. Akibatnya, individu terus-menerus memperkuat pikiran seperti “hidup saya tidak berharga” atau “semua akan tetap buruk”.

2) *Hopelessness*

Hopelessness merupakan salah satu emosi inti yang berhubungan langsung dengan ide bunuh diri. Seseorang yang merasa putus asa percaya bahwa masa depannya tidak akan membaik dan penderitaan akan terus berlanjut. Beck menegaskan bahwa semakin tinggi tingkat keputusan yang dialami, semakin besar pula kemungkinan munculnya ide untuk mati sebagai cara mengakhiri rasa sakit psikologis.

c) Faktor situasional

Beck *et al.*, (2009) juga menekankan peran faktor situasional atau tekanan hidup sebagai pemicu munculnya ide bunuh diri. Faktor situasional merupakan peristiwa eksternal yang menimbulkan stres berat dan dapat mengaktifkan skema berpikir negatif yang sudah ada sebelumnya.

1) Tekanan dan stres kehidupan

Tekanan dapat berasal dari berbagai aspek kehidupan seperti konflik keluarga, penolakan sosial, kegagalan akademik atau pekerjaan, serta kehilangan orang yang dicintai. Individu yang memiliki kerentanan emosional cenderung mengartikan peristiwa tersebut sebagai bukti bahwa hidupnya tidak lagi berarti.

2) Kehilangan dan trauma emosional

Pengalaman kehilangan mendalam seperti kematian anggota keluarga, perceraian, atau kekerasan emosional dapat memperkuat rasa kesepian dan tidak berdaya. Hal ini sering kali menjadi pemicu utama bagi

individu dengan skema kognitif negatif untuk mulai berpikir bahwa kematian adalah satu-satunya jalan keluar.

faktor-faktor di atas tidak berdiri sendiri, melainkan saling berinteraksi. Faktor disposisional membentuk dasar kerentanan, faktor kognitif dan emosional mengarahkan cara berpikir individu, sedangkan faktor situasional berfungsi sebagai pemicu. Ketika ketiganya terjadi secara bersamaan, muncullah kondisi yang disebut aktivasi skema bunuh diri (*suicide schema*).

Penelitian yang dilakukan oleh (Putri & Satwika, 2022) menyatakan bahwa terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi individu dalam menciptakan ide bunuh diri, yaitu faktor eksternal dan internal. Ide bunuh diri sering muncul karena gabungan rasa sakit secara emosional dan perasaan putus asa. Kedua kondisi ini saling memperkuat sehingga meningkatkan kemungkinan seseorang berpikir untuk mengakhiri hidup, dan pola ini terlihat pada berbagai jenis kelamin dan usia. Penelitian juga menunjukkan bahwa model yang memasukkan rasa sakit dan keputusan mampu menjelaskan ide bunuh diri lebih baik dibandingkan model yang hanya melihat rasa memiliki atau perasaan menjadi beban (Klonsky *et al.*, 2016).

Beberapa faktor eksternal juga dapat meningkatkan risiko munculnya ide bunuh diri dan umumnya dapat dikelompokkan ke beberapa kategori. Dari segi demografis dan sosial ekonomi, kondisi kesulitan finansial sering kali menjadi pemicu signifikan yang menambah beban psikologis individu. Riwayat kesehatan mental dan pengalaman traumatis seperti kekerasan seksual serta kondisi gangguan mental lain, misalnya depresi ringan, juga berperan sebagai faktor kerentanan yang penting. Secara psikologis, pola pikir yang terdistorsi dan ketidakmampuan dalam mengelola emosi secara sehat turut memperbesar kemungkinan munculnya ide bunuh diri. Proses terbentuknya ide bunuh diri umumnya diawali oleh kebingungan kognitif dan penurunan kemampuan berpikir jernih yang memicu respons emosional negatif seperti keresahan, kecemasan, dan tekanan mental intens; dalam situasi krisis ini, individu dapat

mengembangkan pandangan bahwa mengakhiri hidup adalah jalan keluar dari masalah yang dihadapi (Mariyati & Dwiastuti, 2023).

4. Ide Bunuh Diri Dalam Perspektif Islam

Bunuh diri dalam perspektif Islam didefinisikan sebagai tindakan sengaja mengakhiri nyawa sendiri yang dianggap bertentangan dengan kehendak Allah SWT karena kehidupan adalah amanah yang wajib dijaga. Secara teologis, tindakan ini dilarang dan dipandang sebagai perbuatan yang merusak diri dan bertentangan dengan prinsip *hifz an-nafs* (perlindungan jiwa) dalam syariat. Tafsir klasik menegaskan bahwa larangan ini meliputi segala bentuk pengakhiran hidup sendiri atau perilaku yang mengarah pada kebinasaan, sehingga penekanan normatif Islam adalah melindungi kehidupan dan mencegah tindakan yang menghancurkan diri (Shoib *et al.*, 2022). Larangan ini ditegaskan dalam firman Allah SWT pada QS. An-Nisā' ayat 29–30:

وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ ۚ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا
وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ عُدْوَانًا وَظُلْمًا فَسَوْفَ نُصَلِّيهِ نَارًا ۚ وَكَانَ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرًا

Artinya:

“Dan janganlah kamu membunuh dirimu; sesungguhnya Allah adalah Maha Penyayang kepadamu. Dan barang siapa berbuat demikian dengan melanggar hak dan aniaya, maka Kami kelak akan memasukkannya ke dalam neraka. Yang demikian itu adalah mudah bagi Allah.” (QS. An-Nisā': 29–30).

Ayat ini menunjukkan bahwa Allah SWT melarang manusia merusak atau mengakhiri hidupnya sendiri, karena hidup adalah karunia yang harus dijaga. Larangan tersebut disertai penegasan kasih sayang Allah, bahwa setiap jiwa bernilai dan dijaga oleh-Nya. Namun, ayat ini juga memberi peringatan keras bahwa bunuh diri adalah bentuk kezaliman terhadap diri sendiri dan akan mendapat balasan di akhirat. Tafsir Ibn Kathir menjelaskan bahwa ayat ini mencakup larangan bunuh diri serta segala perbuatan yang merugikan diri, sehingga pesan utamanya adalah menjaga diri dari kebinasaan dan menghargai kehidupan yang diberikan Allah SWT. Dengan begitu, Islam menekankan pentingnya memelihara jiwa dan menjadikan larangan bunuh diri bukan hanya

aturan, tetapi juga bentuk rahmat agar manusia tetap hidup dalam kebaikan (Ifenta & Pratiwi, 2025).

Larangan untuk tidak membunuh diri sendiri sebagaimana dijelaskan dalam ayat sebelumnya, diperjelas dengan perintah untuk menjaga diri dari segala bentuk kebinasaan dalam firman Allah SWT pada QS. Al-Baqarah ayat 195:

وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

Artinya:

"Dan belanjakanlah (harta bendamu) di jalan Allah, dan janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri ke dalam kebinasaan, dan berbuat baiklah, karena sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang berbuat baik." (QS. Al-Baqarah: 195)

Ayat ini memperluas pemahaman tentang larangan bunuh diri dengan mencakup segala tindakan yang menjerumuskan diri ke dalam kehancuran, baik secara fisik, psikologis, maupun spiritual. Frasa "janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri ke dalam kebinasaan" menunjukkan bahwa Islam tidak hanya melarang tindakan mengakhiri hidup secara langsung, tetapi juga melarang perilaku-perilaku destruktif yang dapat membawa pada kehancuran diri. Menurut para mufassir, ayat ini mencakup perbuatan yang membahayakan jiwa dan raga, termasuk mengabaikan kesehatan mental dan membiarkan diri tenggelam dalam keputusan. Perintah untuk "berbuat baiklah" dalam ayat ini juga mengindikasikan bahwa menjaga diri dari kebinasaan harus diikuti dengan tindakan positif yang mendatangkan kebaikan, sehingga kehidupan dapat dijalani dengan bermakna dan penuh harapan.

Islam tentunya senantiasa memberikan solusi spiritual bagi mereka yang mengalami krisis mental atau terjerumus dalam keputusan yang dapat memicu ide bunuh diri. Allah SWT berfirman dalam QS. Al-Zumar ayat 53:

قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ

Artinya:

"Katakanlah: 'Hai hamba-hamba-Ku yang melampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sesungguhnya Dia-lah Yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.'" (QS. Al-Zumar: 53)

Ayat ini memberikan harapan dan jalan keluar bagi individu yang mengalami krisis mental atau berada dalam kondisi psikologis yang rentan terhadap ide bunuh diri. Larangan untuk berputus asa dari rahmat Allah merupakan antitesis dari keputusan yang menjadi faktor risiko utama ide bunuh diri. Ayat ini menegaskan bahwa tidak ada dosa atau masalah yang terlalu besar untuk diampuni Allah, sehingga tidak ada alasan bagi manusia untuk kehilangan harapan. Para ulama menjelaskan bahwa keputusan adalah salah satu pintu masuk *syaitan* untuk menjerumuskan manusia ke dalam kebinasaan, termasuk ide bunuh diri. Oleh karena itu, memelihara harapan dan yakin akan rahmat Allah merupakan benteng psikologis yang kuat dalam mencegah ide bunuh diri. Dengan demikian, ketiga ayat tersebut secara komprehensif menjelaskan bahwa Islam tidak hanya melarang bunuh diri secara normatif, tetapi juga memberikan landasan teologis dan psikologis untuk menjaga kehidupan, menghindari kebinasaan, dan memelihara harapan sebagai manifestasi dari keimanan kepada Allah SWT yang Maha Pengampun dan Maha Penyayang.

C. Hubungan Variabel X Terhadap Variabel Y

Hubungan antara kecerdasan emosional dan ide bunuh diri telah menjadi fokus perhatian dalam bidang psikologi klinis dan kesehatan mental. Kecerdasan emosional, yang didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri maupun orang lain secara efektif (Goleman, 1995), berperan sebagai faktor protektif terhadap berbagai gangguan psikologis termasuk ide bunuh diri. Individu dengan kecerdasan emosional yang tinggi cenderung lebih tahan terhadap stres, memiliki daya tahan psikis yang kuat, serta mampu menjaga ketenangan dalam menghadapi tekanan hidup.

Mekanisme pengaruh kecerdasan emosional terhadap ide bunuh diri dapat dipahami melalui kemampuan regulasi emosi yang merupakan komponen utama dalam mengelola *distress* psikologis. (Adinda & Prastuti, 2021) menjelaskan bahwa individu yang tidak mampu mengendalikan emosi negatif seperti kesepian, putus asa, dan ketidakberdayaan memiliki risiko lebih tinggi untuk mengembangkan pikiran bunuh diri. Sebaliknya, mereka yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik dapat mengelola tekanan dengan cara yang lebih adaptif dan konstruktif.

Bukti empiris mengenai hubungan negatif antara kedua variabel ini telah dikemukakan dalam beberapa penelitian. Destianda & Hamidah (2019) menemukan hubungan negatif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan ide bunuh diri pada remaja, menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin rendah kecenderungan munculnya ide bunuh diri. Temuan serupa juga diperoleh dari penelitian Nugsria *et al.* (2023) yang menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan negatif dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal, mengindikasikan peran protektif kecerdasan emosional dalam menghadapi stres dan tekanan kehidupan.

Dalam konteks mahasiswa, hubungan ini menjadi sangat relevan mengingat berbagai tekanan yang dihadapi kelompok ini. Penelitian yang dilakukan oleh Putra *et al.* (2023) mengungkapkan bahwa mahasiswa berada pada fase transisi kehidupan yang ditandai dengan adaptasi terhadap lingkungan akademik yang kompetitif, tuntutan kemandirian, dan eksplorasi identitas diri. Data dari penelitian Atqiya & Coralia (2023) menunjukkan bahwa 27,0% mahasiswa memiliki ide

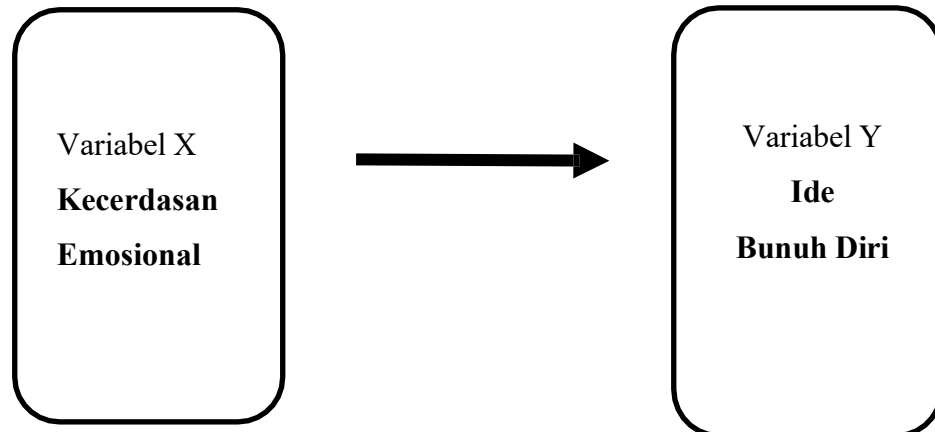
bunuh diri kategori sedang dan 4,5% kategori tinggi, yang menegaskan pentingnya kecerdasan emosional sebagai faktor protektif pada populasi ini.

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional berperan sebagai faktor protektif yang signifikan terhadap ide bunuh diri. Kemampuan mengelola emosi secara efektif tidak hanya membantu adaptasi terhadap stres tetapi juga mencegah berkembangnya pola pikir destruktif yang dapat mengarah pada ide bunuh diri. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan adanya pengaruh negatif kecerdasan emosional terhadap ide bunuh diri memiliki landasan yang kuat baik secara teoritis maupun empiris.

D. Kerangka Konseptual

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual

Pengaruh Variabel X Terhadap Variabel Y



E. Hipotesis

Berdasarkan kerangka konseptual yang sudah digambarkan, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, yaitu :

H1 : Terdapat pengaruh antara kecerdasan emosional dengan ide bunuh diri.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Creswell (2014) menjelaskan bahwa metode kuantitatif bertujuan untuk menguji suatu teori melalui analisis hubungan antar variabel. Sedangkan Sugiyono (2023) menyebutkan bahwa pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk meneliti dua atau lebih variabel dalam suatu penelitian yang melibatkan populasi atau sampel tertentu. Prosesnya meliputi pengumpulan data dengan menggunakan skala tertentu, kemudian data yang terkumpul dianalisis secara statistik untuk membuktikan hipotesis yang telah dibuat. Pendekatan kuantitatif dianggap penting karena mampu menghasilkan data yang objektif dan dapat dianalisis secara statistik. Metode ini sering digunakan untuk mengeksplorasi hubungan antar variabel, menguji hipotesis, serta menarik kesimpulan yang dapat digeneralisasikan dari temuan penelitian (Waruwu *et al.*, 2025).

penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional. desain ini sesuai dengan tujuan dan hipotesis yang diajukan dalam penelitian. melalui penerapan desain korelasional, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa kuat hubungan serta arah pengaruh antara kecerdasan emosional dan ide bunuh diri pada mahasiswa. selain itu, desain korelasional memungkinkan peneliti untuk menganalisis hubungan antara kemampuan individu dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi dengan kecenderungan munculnya ide bunuh diri. Kuat tidaknya hubungan serta besarnya pengaruh kecerdasan emosional terhadap ide bunuh diri pada mahasiswa dapat diidentifikasi melalui desain penelitian ini. dengan demikian, seluruh tujuan dan hipotesis penelitian dapat terjawab melalui penerapan desain penelitian korelasional (Rasyid, 2022).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Soegiyono (2023) menjelaskan bahwa variabel penelitian merujuk pada atribut, karakteristik, atau nilai yang dimiliki oleh individu, objek, atau aktivitas tertentu, yang menunjukkan variasi dan dapat ditentukan oleh peneliti untuk dianalisis serta dijadikan dasar penarikan kesimpulan. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dua jenis variabel, yaitu variabel independen dan variabel dependen. Penjelasan mengenai masing-masing variabel dijabarkan sebagai berikut:

1. Variabel Bebas (Independen)

Variabel bebas merupakan variabel yang diselidiki pengaruhnya atau yang mempengaruhi. Penelitian ini menggunakan kecerdasan emosional sebagai variabel bebas.

2. Variabel Terikat (Dependen)

Variabel terikat adalah variabel yang muncul sebagai akibat dari variabel bebas. Penelitian ini menggunakan ide bunuh diri sebagai variabel terikat.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional merujuk kepada definisi dari tiap variabel yang digunakan berdasarkan sifat milik variabel yang dapat diamati. Berikut definisi operasional yang digunakan dalam penelitian ini (Hardani *et al.*, 2020):

1. Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional pada penelitian ini berperan sebagai variabel bebas (X). Kecerdasan emosional didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk mengenali emosi diri sendiri dan orang lain, memahami perbedaan berbagai emosi, serta menggunakan informasi emosional tersebut untuk mengarahkan pola pikir dan tindakan secara efektif.

2. Ide Bunuh Diri

Ide bunuh diri dalam penelitian ini berperan sebagai variabel terikat (Y). Ide bunuh diri didefinisikan sebagai munculnya pemikiran, keinginan, atau rencana untuk mengakhiri hidup yang belum diwujudkan dalam bentuk tindakan nyata.

D. Populasi Penelitian

Populasi adalah suatu generalisasi yang melingkupi objek dan subjek dengan sifat maupun karakteristik yang telah ditetapkan oleh peneliti sebagai bahan kajian yang selanjutnya dari kajian tersebut dapat diambil kesimpulan (Sugiyono, 2023). Dalam penelitian ini, populasi yang menjadi sasaran adalah mahasiswa aktif di berbagai perguruan tinggi yang berada di Kota Malang. Berdasarkan publikasi BPS (2024), jumlah mahasiswa Kota Malang sebesar 266.227. Sementara untuk tahun 2025, jumlah aktual mahasiswa belum dipublikasikan secara agregat, sehingga penelitian ini menggunakan data tahun terakhir yang tersedia sebagai acuan populasi.

E. Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *non-probability sampling*, yaitu teknik *sampling* yang tidak memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk terpilih sebagai subjek penelitian. Adapun teknik *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti sehingga responden yang dipilih sesuai dengan tujuan penelitian (Mardhiyah *et al.*, 2025). Kriteria inklusi pada penelitian ini meliputi:

1. Mahasiswa aktif yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi yang berada di Kota Malang.
2. Berusia 18–25 tahun.
3. Memiliki ide bunuh diri.

Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini mengacu pada penentuan ukuran sampel menurut Isaac dan Michael sebagaimana dikutip dalam Sugiyono (2023), dengan menggunakan data jumlah mahasiswa Kota Malang sebanyak $N = 266.227$ serta taraf kesalahan sebesar 6% ($e = 0,06$) sebagai dasar perhitungan jumlah sampel minimal:

$$\begin{aligned} n &= \frac{266.227}{1 + 266.227(0,06)^2} \\ n &= \frac{266.227}{1 + 266.227(0,0036)} \\ n &= \frac{266.227}{1 + 958,4172} \\ n &= \frac{266.227}{959,4172} \\ n &\approx 277,5 \approx 278 \end{aligned}$$

Berdasarkan hasil tersebut, jumlah sampel minimal yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah 278 responden. Pada pelaksanaannya, penelitian ini memperoleh total 292 responden, sehingga jumlah sampel yang digunakan telah memenuhi serta melebihi jumlah sampel minimal yang ditetapkan. Adapun penggunaan taraf kesalahan 6% dalam penelitian ini dipertimbangkan untuk menyesuaikan keterjangkauan pengumpulan data pada populasi yang besar, serta mempertimbangkan karakteristik topik penelitian yang bersifat sensitif sehingga partisipasi responden dapat terbatas. Meskipun demikian, jumlah responden yang diperoleh tetap berada di atas sampel minimal, sehingga data yang terkumpul dinilai memadai untuk dilakukan analisis statistik.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan kuesioner sebagai instrumen utama. Kuesioner digunakan untuk memperoleh data kuantitatif dari responden sesuai dengan variabel penelitian yang telah ditetapkan. Pengumpulan data dilakukan dengan cara membagikan kuesioner kepada responden yang memenuhi kriteria sampel, kemudian responden diminta untuk mengisi setiap pernyataan secara mandiri sesuai dengan kondisi yang mereka alami. Sebelum pengisian kuesioner dilakukan, peneliti terlebih dahulu memberikan *informed consent* sebagai bentuk persetujuan

partisipasi, yang berisi penjelasan mengenai tujuan penelitian, kerahasiaan data, serta hak responden untuk menghentikan partisipasi kapan saja. Seluruh jawaban responden selanjutnya dikumpulkan dan diolah sebagai data penelitian untuk dianalisis menggunakan teknik statistik sesuai dengan tujuan penelitian.

G. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen atau alat pengumpul data merupakan sarana yang digunakan untuk memperoleh informasi dalam suatu penelitian. Dalam proses pengumpulan data, peneliti dapat memanfaatkan instrumen yang telah dikembangkan sebelumnya atau membuat instrumen baru yang lebih sesuai dengan konteks penelitian. Data yang terkumpul kemudian dianalisis untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan.

1. Skala Kecerdasan Emosional

Dalam penyusunan skala kecerdasan emosional, peneliti menggunakan teori dari Goleman (1995) yang disusun oleh Zulfikar (2024). Skala ini menggunakan beberapa aspek yang terdiri dari mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan dengan jumlah 22 item. Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan metode respon menggunakan skala Likert. Skala Likert merupakan alat ukur yang digunakan untuk menilai pandangan, sikap, maupun pendapat individu terhadap suatu fenomena sosial. Terdapat dua jenis pertanyaan dalam skala ini, yaitu pertanyaan positif (*favorable*) yang dirancang untuk mengukur opini positif, dan pertanyaan negatif (*unfavorable*) yang bertujuan mengukur opini negatif. Responden diminta memilih satu jawaban dari empat pilihan yang paling sesuai dengan pendapat mereka. Untuk Pada pertanyaan positif, skor diberikan dalam urutan 4, 3, 2, 1, mulai dari sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), hingga sangat tidak setuju (STS). Sementara itu, pada pertanyaan negatif, skor diberikan dalam urutan terbalik, yaitu 1, 2, 3, 4, dengan urutan jawaban yang sama dari sangat setuju hingga sangat tidak setuju.

Tabel 3. 1 Skala Kecerdasan Emosional

Aspek	Indikator	Nomor Item	Contoh Item
Mengenali Emosi Diri	Mampu menyadari emosi diri, memahami efek emosi terhadap orang lain, menyadari suasana hati, dan keinginan dalam diri.	1, 11, 7, 9	Saya sadar akan emosi yang sedang saya rasakan dan tahu penyebabnya.
Mengelola Emosi	Mampu menjaga emosi tetap dalam kendali.	3, 4, 6*, 14, 18	Saya mampu mempertahankan diri agar tetap tenang, terlepas dari emosi yang saya rasakan.
Motivasi Diri	Mampu menerima perubahan, tetap fokus, berharap sukses daripada takut gagal, dan berkorban dalam mencapai tujuan.	2, 5, 10, 12, 22	Saya mampu menerima perubahan yang cepat untuk mencapai suatu tujuan.
Mengenali Emosi Orang Lain	Mampu memahami perasaan yang disampaikan melalui pesan verbal dan non-verbal, memahami hubungan emosi antar individu, dan mampu memberikan dukungan secara emosional.	8, 17, 20, 21	Saya dapat memahami perasaan yang disampaikan melalui pesan verbal atau tulisan.
Membina Hubungan	Mampu menghadapi masalah tanpa memandang dengan siapa bekerja, tidak membiarkan emosi negatif menjadi halangan, dan menangani konflik dengan bijaksana.	13, 15, 16, 19	Mampu menghadapi masalah tanpa memandang dengan siapa saya bekerja.
Jumlah		22	

2. Skala Ide Bunuh Diri

Skala ini menggunakan *Beck Scale for Suicide Ideation* yang berdasarkan teori dari Beck et al. (2009) yang kemudian dikembangkan oleh Kesuma *et al.* (2021) yang menggunakan aspek seperti *Active suicidal desire* (Keinginan bunuh diri aktif), *Passive suicidal desire* (Keinginan bunuh diri pasif), *Preparation* (Persiapan). dengan jumlah item 19 butir kemudian dibagi atas 3 skala penilaian berbeda pada masing-masing item.

Tabel 3. 2 Beck Scale for Suicide Ideation

Aspek	Indikator	Nomor Item	Contoh Item
<i>Active Suicidal Desire</i>	Adanya keinginan aktif untuk mati atau bunuh diri yang ditunjukkan melalui harapan untuk mengakhiri hidup, intensitas dan frekuensi ide bunuh diri, sikap terhadap ide bunuh diri, kontrol diri, serta harapan terhadap tindakan bunuh diri	1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 15, 16	Saya berharap untuk mengakhiri hidup
<i>Passive Suicidal Desire</i>	Adanya keinginan bunuh diri secara pasif yang ditandai dengan sikap membiarkan hidup atau mati, adanya penghalang dan alasan kognitif bunuh diri, peluang melakukan tindakan, tindakan terakhir, serta upaya menyembunyikan ide bunuh diri	5, 10, 11, 13, 18, 19	Saya akan membiarkan hidup atau mati secara kebetulan
<i>Preparation</i>	Adanya kesiapan dan kemampuan individu untuk melakukan tindakan bunuh diri yang mencakup keberanian atau kompetensi serta keberadaan catatan bunuh diri	14, 17	Saya mempunyai catatan bunuh diri
Jumlah		19	

H. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas mengacu pada kemampuan suatu alat ukur atau instrumen untuk secara tepat mengukur variabel yang telah ditentukan. Uji validitas dilakukan untuk menilai sejauh mana instrumen yang digunakan mampu mengukur aspek yang relevan sesuai dengan tujuan penelitian. Instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur aspek yang diteliti dengan akurat. Selain itu, uji validitas juga berfungsi memastikan bahwa data yang diperoleh benar-benar mencerminkan fenomena yang ingin diteliti dan menghasilkan informasi yang dapat diandalkan. (Anwar *et al.*, 2023).

Instrumen yang telah melalui proses pengujian dan dinyatakan valid selanjutnya dapat digunakan untuk mengumpulkan data. Dalam menguji validitas dari alat ukur, maka dapat menggunakan media analisis instrumen seperti *statistical package for the social sciences* (SPSS) versi 27. Dalam penelitian ini, uji validitas dilakukan dengan menggunakan teknik *Pearson Product Moment*. Item dinyatakan valid apabila nilai r -hitung $>$ r -tabel dengan taraf signifikansi 5%. Dengan jumlah sampel (N) = 292, maka diperoleh nilai r -tabel sebesar 0,115.

Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Skala Kecerdasan Emosional

No Item	r-hitung	r-tabel	Keterangan
KE1	0,587	0,115	Valid
KE2	0,726	0,115	Valid
KE3	0,705	0,115	Valid
KE4	0,544	0,115	Valid
KE5	0,6	0,115	Valid
KE6	0,594	0,115	Valid
KE7	0,608	0,115	Valid
KE8	0,602	0,115	Valid
KE9	0,657	0,115	Valid
KE10	0,628	0,115	Valid
KE11	0,581	0,115	Valid
KE12	0,678	0,115	Valid
KE13	0,678	0,115	Valid
KE14	0,653	0,115	Valid
KE15	0,67	0,115	Valid
KE16	0,5	0,115	Valid
KE17	0,5	0,115	Valid
KE18	0,491	0,115	Valid
KE19	0,5	0,115	Valid
KE20	0,535	0,115	Valid
KE21	0,676	0,115	Valid
KE22	0,676	0,115	Valid

Berdasarkan Tabel 3.3, dapat dilihat bahwa seluruh item pada Skala Kecerdasan Emosional memiliki nilai r -hitung yang lebih besar dari r -tabel (0,115) dengan tingkat signifikansi 0,01. Hal ini menunjukkan bahwa semua item dalam skala kecerdasan

emosional dinyatakan valid dan dapat digunakan untuk mengukur variabel kecerdasan emosional dalam penelitian ini.

Tabel 3. 4 Hasil Uji Validitas Skala Ide Bunuh Diri

No Item	r-hitung	r-tabel	Keterangan
S1	0,36	0,115	Valid
S2	0,512	0,115	Valid
S3	0,217	0,115	Valid
S4	0,507	0,115	Valid
S5	0,415	0,115	Valid
S6	0,333	0,115	Valid
S7	0,365	0,115	Valid
S8	0,361	0,115	Valid
S9	0,273	0,115	Valid
S10	0,281	0,115	Valid
S11	0,154	0,115	Valid
S12	0,272	0,115	Valid
S13	0,315	0,115	Valid
S14	0,361	0,115	Valid
S15	0,3	0,115	Valid
S16	0,243	0,115	Valid
S17	0,396	0,115	Valid
S18	0,422	0,115	Valid
S19	0,157	0,115	Valid

Berdasarkan Tabel 3.4, dapat dilihat bahwa seluruh item pada *Beck Scale for Suicide Ideation* memiliki nilai r-hitung yang lebih besar dari r-tabel (0,115) dengan tingkat signifikansi 0,01. Hal ini menunjukkan bahwa semua item dalam skala ide bunuh diri dinyatakan valid dan dapat digunakan untuk mengukur variabel ide bunuh diri dalam penelitian ini.

2. Reliabilitas

Reliabilitas berfungsi untuk menilai sejauh mana suatu alat ukur dapat digunakan dalam pengumpulan data sekaligus menghasilkan hasil yang konsisten. Suatu variabel dikatakan reliabel apabila nilai Cronbach's alpha-nya lebih dari 0,6. Dengan memenuhi kriteria tersebut, alat ukur tersebut layak digunakan dalam penelitian (Anwar *et al.*, 2023).

Tabel 3. 5 Klasifikasi Nilai Reliabilitas

Interval Koefisien	Interpretasi
0,00 – 0,20	Sangat Lemah
0,21 – 0,40	Lemah
0,41 – 0,60	Cukup
0,61 – 0,80	Tinggi
0,81 – 1,00	Sangat Tinggi

Pengujian reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan program SPSS dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Penelitian

Variabel	Cronbach's	Jumlah	Interpretasi
	Alpha	Item	
Kecerdasan Emosional	0,925	19	Sangat Tinggi
Ide Bunuh Diri	0,924	22	Sangat Tinggi

Berdasarkan Tabel 3.6, dapat diketahui bahwa nilai *Cronbach's Alpha* untuk variabel Kecerdasan Emosional sebesar 0,925 dengan 19 item yang valid, dan variabel Ide Bunuh Diri sebesar 0,924 dengan 22 item yang valid. Mengacu pada klasifikasi reliabilitas menurut Guilford (Juliani & Erita, 2023), kedua nilai tersebut berada pada rentang 0,81 – 1,00 yang termasuk dalam kategori sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa kedua instrumen penelitian memiliki tingkat konsistensi internal yang sangat baik dan reliabel untuk digunakan dalam pengumpulan data penelitian.

I. Analisis data

1. Uji Asumsi

a) Uji Normalitas

Uji normalitas dilihat dari nilai signifikansi yang dihasilkan oleh data. Apabila nilai signifikansi yang dihasilkan lebih besar dari 0,05 maka distribusi data dapat dinyatakan normal. Uji normalitas bertujuan untuk memastikan apakah distribusi data yang diuji telah memenuhi asumsi normalitas. Dalam penelitian ini, pengujian dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS versi 27, dengan metode *Kolmogorov-Smirnov* karena jumlah responden lebih dari 50 orang. Hasil uji normalitas ditentukan berdasarkan nilai signifikansi data; jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka distribusi data dianggap normal.

b) Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk menilai apakah data yang diperoleh menunjukkan pola linier. Tujuan dari uji ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan linier antara variabel bebas dan variabel terikat. Uji linieritas dianggap terpenuhi jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Pengujian dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS versi 27.

2. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan untuk menjelaskan karakteristik responden dalam penelitian. Tujuannya adalah memberikan gambaran menyeluruh mengenai data yang telah dikumpulkan. Teknik ini digunakan untuk menilai setiap variabel dengan menghasilkan skor berdasarkan jawaban yang diberikan oleh responden. Data mentah yang diperoleh selanjutnya akan diproses melalui beberapa tahap, yaitu:

a) Mean

Rumus dalam mencari mean adalah :

$$M = \frac{1}{2} (X_{Max} + X_{Min})$$

Keterangan:

X_{M} : Skor tertinggi item X_{m} : Skor terendah item

b) Standar Deviasi

Rumus dalam mencari standar deviasi adalah:

$$SD = \frac{1}{2} (i \text{ Max} - i \text{ Min})$$

Keterangan:

XM : Skor tertinggi item XM : Skor terendah item

c) Kategorisasi Data

Untuk pengkategorian data dapat dilakukan dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

Tabel 3. 7 Kategorisasi Data

No	Kategori	Interpretasi
1.	Tinggi	$X > (M + 1.SD)$
2.	Sedang	$(M - 1.SD) \leq X \leq (M+1.SD)$
3.	Rendah	$X < (M - 1.SD)$

Keterangan :

X : Raw Score Scale M : Mean

SD : Standar Deviasi

3. Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini, analisis regresi sederhana digunakan untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan, dengan tujuan menilai pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Selain itu, uji ini juga dapat menunjukkan arah hubungan antara kedua variabel, apakah bersifat positif atau negatif.

Rumus dari regresi linear sederhana adalah:

$$Y = a + b.X$$

Keterangan :

Y : Variabel Dependen (Variabel Terikat)

X : Variabel Independen (Variabel Bebas) bX : Koefisien regresi

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Waktu, Tempat, dan Jumlah Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada 25 Desember 2025–5 Januari 2026. Selama periode tersebut, peneliti melaksanakan rangkaian kegiatan penelitian yang meliputi tahap persiapan, pengumpulan data, hingga pengolahan dan analisis data. Penelitian ini dilakukan di Kota Malang dengan melibatkan mahasiswa aktif dari berbagai perguruan tinggi di wilayah tersebut. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *non-probability sampling*, yaitu *purposive sampling*, dengan pemilihan responden berdasarkan kriteria tertentu. Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi: (1) mahasiswa aktif yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi di Kota Malang; (2) berusia 18–25 tahun; dan (3) memiliki ide bunuh diri. Penggunaan teknik ini bertujuan untuk memastikan bahwa sampel yang terpilih sesuai dengan karakteristik populasi yang menjadi fokus penelitian sehingga data yang diperoleh relevan dengan tujuan penelitian. Adapun jumlah data yang berhasil terkumpul dan layak dianalisis dalam penelitian ini adalah sebanyak 292 responden.

2. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data

Penelitian ini menggunakan prosedur pengumpulan data dengan mengombinasikan pendekatan luring dan daring. Pendekatan luring dilakukan dengan menjangkau mahasiswa secara langsung di beberapa lokasi yang sering digunakan sebagai tempat beraktivitas dan berkumpul mahasiswa di Kota Malang. Lokasi pengambilan data luring mencakup area lingkungan perguruan tinggi, seperti Universitas Brawijaya (UB), Universitas Negeri Malang (UM), Universitas Muhammadiyah Malang (UMM), Universitas Islam Malang (UNISMA), dan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Selain itu, pengambilan data luring juga dilakukan di beberapa *coffee shop* atau kedai kopi yang berada di sekitar kawasan kampus, yang umumnya menjadi tempat berkumpul dan beraktivitas mahasiswa. Pendekatan daring dilakukan dengan menyebarkan kuesioner melalui platform media sosial, yaitu

WhatsApp, Instagram, dan Telegram, sehingga memungkinkan peneliti menjangkau responden yang lebih luas sesuai dengan kriteria penelitian.

Instrumen penelitian yang digunakan merupakan alat ukur yang telah banyak digunakan dalam penelitian sebelumnya dan disusun berdasarkan landasan teori yang relevan dengan variabel penelitian. Pemilihan instrumen didasarkan pada kesesuaian konstruk yang diukur, karakteristik responden mahasiswa, serta dukungan hasil penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa instrumen tersebut layak digunakan. Oleh karena itu, instrumen dianggap telah sesuai untuk digunakan dalam penelitian ini tanpa memerlukan proses adaptasi ulang.

Pelaksanaan penelitian ini memperhatikan aspek administratif dan etika penelitian. Secara administratif, penelitian dilaksanakan sesuai dengan ketentuan akademik yang berlaku. Secara etis, partisipasi responden bersifat sukarela dan didahului dengan pemberian informasi mengenai tujuan serta prosedur penelitian. Identitas responden dijaga kerahasiaannya dan data yang diperoleh digunakan semata-mata untuk kepentingan penelitian.

Setelah data terkumpul, peneliti melakukan pemeriksaan terhadap data yang diperoleh untuk memastikan kelengkapan dan kesesuaian dengan kriteria penelitian. Data yang tidak lengkap atau tidak memenuhi kriteria inklusi tidak disertakan dalam proses analisis. Selanjutnya, data yang dinyatakan layak dianalisis diolah menggunakan teknik analisis statistik yang sesuai dengan tujuan penelitian guna menguji hipotesis yang telah dirumuskan.

B. Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

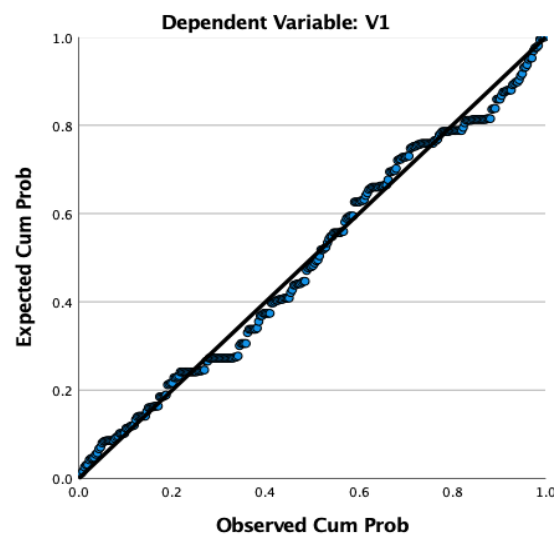
a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah distribusi data dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas merupakan prasyarat untuk melakukan analisis statistik parametrik. Dalam penelitian ini, uji normalitas dilakukan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* melalui program SPSS karena jumlah sampel lebih dari 50 responden ($N=292$). Data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (*p-value*) lebih besar dari 0,05.

Tabel 4. 1 Hasil Uji Normalitas

Variabel	Statistic Sig. (p-value)	
Unstandardized Residual	0,068	0,002

Berdasarkan Tabel 4.1 tersebut, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,020. Nilai ini lebih kecil dari 0,05 yang mengindikasikan residual tidak berdistribusi normal secara statistik. Field (2013) dalam bukunya menjelaskan bahwa dengan ukuran sampel yang besar ($n=292$), uji *Kolmogorov-Smirnov* menjadi sangat sensitif dan dapat mendeteksi penyimpangan yang sangat kecil dari distribusi normal, meskipun penyimpangan tersebut tidak signifikan secara praktis. Oleh karena itu, dilakukan analisis tambahan menggunakan metode grafis (Normal P-P Plot) serta analisis statistik deskriptif (*Skewness* dan *Kurtosis*) untuk memvalidasi asumsi normalitas.

Gambar 4. 1 P-P Plot

Gambar 4.1 menunjukkan Normal P-P Plot dari residual model regresi. Terlihat bahwa titik-titik data mengikuti garis diagonal dengan sangat rapat dari awal hingga akhir. Hal ini mengindikasikan bahwa residual model regresi berdistribusi normal dengan baik. Hanya terdapat penyimpangan kecil di ujung kanan atas plot, namun penyimpangan ini masih dalam batas wajar dan tidak mempengaruhi kesimpulan normalitas secara keseluruhan.

Tabel 4. 2 *Skewness Dan Kurtosis*

Ukuran	Nilai	Std. Error	Batas
	Statistik		Normal
Skewness	0,86	0,143	-2 s/d +2
Kurtosis	3,747	0,284	-7 s/d +7

Berdasarkan pada tabel 4.2 tersebut, dilakukan pengujian terhadap nilai *Skewness* dan *Kurtosis* residual untuk memperkuat analisis normalitas. Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif, diperoleh nilai *Skewness* sebesar 0,860 dan nilai *Kurtosis* sebesar 3,747. Menurut Hair *et al.* (2014), data dapat dianggap berdistribusi normal jika nilai *Skewness* berada dalam rentang -2 sampai +2, dan nilai Kurtosis berada dalam rentang -7 sampai +7. Nilai *Skewness* sebesar 0,860 menunjukkan distribusi sedikit menceng ke kanan (*positively skewed*), namun masih dalam batas normal. Sementara itu, nilai Kurtosis sebesar 3,747 menunjukkan distribusi memiliki ekor yang sedikit lebih tebal dibandingkan distribusi normal sempurna (*leptokurtic*), namun tetap berada dalam rentang yang dapat diterima.

b. Uji Linearitas

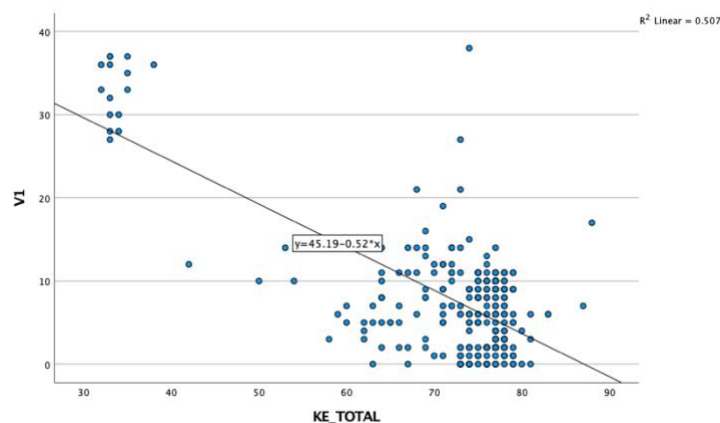
Uji linearitas dilakukan untuk memastikan bahwa hubungan antara variabel kecerdasan emosional dan ide bunuh diri membentuk pola hubungan yang mendekati garis lurus, sehingga memenuhi salah satu asumsi penting dalam analisis regresi. Field (2009) menjelaskan bahwa dalam regresi linear, asumsi linearitas mengacu pada kondisi di mana nilai rata-rata variabel dependen pada setiap tingkat variabel independen berada di sepanjang satu garis lurus, dan pelanggaran terhadap asumsi ini dapat membatasi generalisasi hasil penelitian.

Pengujian linearitas dalam penelitian ini dilakukan menggunakan analisis ANOVA dengan memperhatikan nilai signifikansi pada komponen *linearity* dan *deviation from linearity*:

Tabel 4. 3 Uji Linearitas

Sumber Variasi	Sig.
<i>Linearity</i>	0
<i>Deviation from Linearity</i>	0

Berdasarkan Tabel 4.3, nilai signifikansi pada komponen *linearity* sebesar 0,000 ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa terdapat hubungan linear antar variabel. Di sisi lain, nilai signifikansi pada komponen *deviation from linearity* juga menunjukkan angka 0,000 ($p < 0,05$), yang secara statistik mengindikasikan adanya penyimpangan dari linearitas murni. Field (2009) mengemukakan bahwa pada ukuran sampel yang besar, pengujian asumsi regresi berbasis signifikansi menjadi sangat sensitif terhadap variasi kecil di sekitar garis regresi, sehingga deviasi minor dapat terdeteksi sebagai signifikan meskipun hubungan antar variabel secara substantif masih menunjukkan kecenderungan linear. Oleh karena itu, dilakukan analisis tambahan melalui pendekatan grafis serta analisis statistik deskriptif guna mendukung evaluasi karakteristik distribusi dan pola hubungan data untuk memperkuat interpretasi hasil uji asumsi.

Gambar 4. 2 Scatterplot

Berdasarkan gambar 4.2, sebaran data menunjukkan arah hubungan yang konsisten dan mengikuti kecenderungan garis lurus secara umum, tanpa membentuk pola hubungan non-linear yang ekstrem. Secara konseptual, kecerdasan emosional dipahami sebagai kemampuan yang bekerja secara bertahap dalam membantu individu

mengenali dan mengelola emosi, sehingga pengaruhnya terhadap ide bunuh diri cenderung bersifat proporsional. Dengan mempertimbangkan hasil uji statistik, pemeriksaan visual, serta landasan teoretis tersebut, hubungan antara kecerdasan emosional dan ide bunuh diri dinilai memiliki kecenderungan linear.

2. Uji Hipotesis

a. Analisis Regresi Linear Sederhana

Analisis regresi linear sederhana digunakan untuk menguji pengaruh kecerdasan emosional terhadap ide bunuh diri pada mahasiswa. Pengambilan keputusan dilakukan dengan memperhatikan nilai signifikansi hasil uji regresi, di mana nilai signifikansi di bawah 0,05 menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berpengaruh secara signifikan terhadap ide bunuh diri.

Tabel 4. 4 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Variabel	B	Std. Error	Beta	t	Sig.
(Konstanta)	45,189	2,185	–	20,683	0
Kecerdasan Emosional	-0,519	0,03	-0,712	-17,286	0

Berdasarkan pada Tabel 4.4, diperoleh nilai konstanta sebesar 45,189 dan koefisien regresi kecerdasan emosional sebesar $-0,519$, sehingga persamaan regresi yang terbentuk adalah $Y = 45,189 - 0,519X$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan negatif dengan ide bunuh diri, yang berarti setiap peningkatan satu satuan kecerdasan emosional diikuti oleh penurunan skor ide bunuh diri sebesar 0,519 satuan. Nilai signifikansi variabel kecerdasan emosional sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan nilai t sebesar $-17,286$ mengindikasikan bahwa pengaruh kecerdasan emosional terhadap ide bunuh diri bersifat signifikan secara statistik. Selain itu, nilai koefisien beta terstandar sebesar $-0,712$ menunjukkan bahwa kecerdasan emosional merupakan prediktor yang kuat dalam menjelaskan variasi ide bunuh diri pada mahasiswa. Dengan demikian, hasil analisis ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah kecenderungan munculnya ide bunuh diri, sehingga hipotesis penelitian yang

menyatakan adanya pengaruh kecerdasan emosional terhadap ide bunuh diri dapat diterima.

b. Uji Koefisien Determinasi

Uji koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui dan mengukur besarnya peran kecerdasan emosional terhadap ide bunuh diri pada mahasiswa. Nilai *R Square* (R^2) atau koefisien determinasi digunakan untuk menunjukkan seberapa besar proporsi variasi ide bunuh diri yang dapat dijelaskan oleh kecerdasan emosional. Nilai R^2 berada pada rentang 0 hingga 1, di mana semakin mendekati nilai 1 menunjukkan semakin besar kemampuan kecerdasan emosional dalam menjelaskan variasi ide bunuh diri. Sebaliknya, nilai R^2 yang mendekati 0 menunjukkan bahwa kontribusi kecerdasan emosional dalam memengaruhi ide bunuh diri semakin kecil.

Tabel 4. 5 Uji Koefisien Determinasi

Model	R	<i>R Square</i>	<i>Adjusted R Square</i>	<i>Std. Error of the Estimate</i>
1	0,712	0,507	0,506	5,351

Berdasarkan hasil uji koefisien determinasi pada Tabel 4.5, diperoleh nilai *R Square* sebesar 0,507 yang menunjukkan bahwa kecerdasan emosional mampu menjelaskan sebesar 50,7% variasi ide bunuh diri pada mahasiswa. Nilai tersebut mengindikasikan bahwa perubahan tingkat ide bunuh diri dapat dijelaskan secara substansial oleh kecerdasan emosional yang dimiliki mahasiswa. Nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,506 menunjukkan bahwa kemampuan prediksi model tetap konsisten setelah disesuaikan dengan jumlah sampel dan variabel prediktor yang digunakan. Nilai *Standard Error of the Estimate* sebesar 5,351 menggambarkan tingkat kesalahan prediksi model dalam memperkirakan skor ide bunuh diri, sehingga model regresi yang digunakan memiliki tingkat ketepatan yang memadai dalam menjelaskan hubungan antara kecerdasan emosional dan ide bunuh diri.

c. Uji Korelasi Antar Aspek Kecerdasan Emosional dan Ide Bunuh Diri

Penelitian ini melakukan analisis tambahan berupa uji korelasi antar aspek pada variabel kecerdasan emosional dan ide bunuh diri. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antar aspek pada masing-masing variabel, serta untuk memahami pola interkorelasi dan arah hubungan setiap aspek kecerdasan emosional dengan aspek-aspek ide bunuh diri.

Tabel 4. 6 Uji Korelasi Antar Variabel

Aspek	ASD	PSD	PREP
MED	-0,664	-0,564	-0,47
ME	-0,542	-0,512	-0,363
MD	-0,645	-0,582	-0,451
MEO	-0,636	-0,558	-0,442
MH	-0,639	-0,544	-0,451

Berdasarkan Tabel 4.6, seluruh aspek kecerdasan emosional menunjukkan hubungan negatif dengan aspek-aspek ide bunuh diri. Hasil ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional yang dimiliki mahasiswa, semakin rendah kecenderungan munculnya ide bunuh diri, baik dalam bentuk keinginan bunuh diri aktif, keinginan bunuh diri pasif, maupun persiapan untuk bunuh diri. Aspek mengenali emosi diri (MED), memotivasi diri (MD), mengenali emosi orang lain (MEO), dan membina hubungan dengan orang lain (MH) menunjukkan korelasi negatif yang relatif kuat dengan keinginan bunuh diri aktif, dengan nilai koefisien korelasi berkisar antara – 0,636 hingga –0,664. Sementara itu, aspek persiapan menunjukkan hubungan negatif dengan seluruh aspek kecerdasan emosional, meskipun dengan kekuatan hubungan yang relatif lebih sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa setiap aspek kecerdasan emosional berperan sebagai faktor protektif terhadap berbagai bentuk ide bunuh diri pada mahasiswa.

3. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran umum mengenai kondisi variabel kecerdasan emosional dan ide bunuh diri pada responden penelitian. Analisis ini didasarkan pada nilai rata-rata (*mean*) dan standar deviasi empiris yang diperoleh dari data penelitian. Selanjutnya, skor masing-masing variabel dikelompokkan ke dalam tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi.

Tabel 4. 7 Hasil Uji Statistik Deskriptif

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kecerdasan Emosional	292	32	88	72,04	10,451
Ide Bunuh Diri	292	0	38	7,81	7,612

Berdasarkan Tabel 4.7, variabel kecerdasan emosional memiliki nilai minimum sebesar 32, nilai maksimum sebesar 88, dengan nilai rata-rata sebesar 72,04 dan standar deviasi sebesar 10,451. Sementara itu, variabel ide bunuh diri memiliki nilai minimum sebesar 0, nilai maksimum sebesar 38, dengan nilai rata-rata sebesar 7,81 dan standar deviasi sebesar 7,612. Hasil tersebut menunjukkan adanya variasi skor pada kedua variabel yang memungkinkan dilakukannya pengelompokan kategori.

Tabel 4.8 Kategorisasi Data

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Kecerdasan Emosional	Rendah	24	8,2
	Sedang	264	90,4
	Tinggi	4	1,4
	Total	292	100
Ide Bunuh Diri	Rendah	25	8,6
	Sedang	245	83,9
	Tinggi	22	7,5
	Total	292	100

Berdasarkan Tabel 4.8, distribusi responden pada variabel ide bunuh diri menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 245 mahasiswa atau sebesar 83,9%. Responden yang berada pada kategori rendah berjumlah 25 mahasiswa atau sebesar 8,6%, sedangkan responden yang termasuk dalam kategori tinggi berjumlah 22 mahasiswa atau sebesar 7,5%. Temuan ini mengindikasikan bahwa secara umum tingkat ide bunuh diri pada mahasiswa berada pada kategori sedang.

Pada variabel kecerdasan emosional, hasil pengkategorian menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 264 mahasiswa atau sebesar 90,4%. Responden yang berada pada kategori rendah berjumlah 24 mahasiswa atau sebesar 8,2%, sementara responden yang termasuk dalam kategori tinggi berjumlah 4 mahasiswa atau sebesar 1,4%. Hasil ini menunjukkan bahwa secara umum tingkat kecerdasan emosional mahasiswa dalam penelitian ini berada pada kategori sedang.

Berdasarkan pemaparan hasil analisis deskriptif tersebut, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang menjadi responden penelitian secara umum memiliki tingkat kecerdasan emosional dan tingkat ide bunuh diri yang berada pada kategori sedang. Temuan ini memberikan gambaran awal mengenai kondisi psikologis responden dan menjadi dasar untuk analisis lanjutan pada hubungan antara kecerdasan emosional dan ide bunuh diri.

C. Pembahasan

1. Tingkat Kecerdasan Emosional Pada Mahasiswa

Berdasarkan hasil analisis deskriptif yang telah dilakukan, diperoleh gambaran mengenai tingkat kecerdasan emosional pada mahasiswa di Kota Malang. Dari 292 responden yang terlibat dalam penelitian ini, mayoritas mahasiswa memiliki tingkat kecerdasan emosional pada kategori sedang, yaitu sebanyak 264 mahasiswa atau sebesar 90,4%. Sementara itu, mahasiswa yang berada pada kategori rendah berjumlah 24 orang atau sebesar 8,2%, dan hanya 4 mahasiswa atau sebesar 1,4% yang termasuk dalam kategori tinggi. Nilai rata-rata kecerdasan emosional yang diperoleh adalah 72,04 dengan standar deviasi 10,451, dari rentang skor minimum 32 hingga maksimum 88.

Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa di Kota Malang memiliki kemampuan yang memadai dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri maupun orang lain, meskipun masih terdapat ruang untuk pengembangan lebih lanjut. Distribusi yang menunjukkan dominasi kategori sedang dapat dipahami sebagai kondisi yang perlu dikembangkan mengingat mahasiswa berada pada fase perkembangan dewasa awal yang masih dalam proses pembentukan identitas dan kematangan emosional. Erikson dalam teori perkembangan psikososialnya menjelaskan bahwa individu pada rentang usia 18-25 tahun berada pada tahap *intimacy versus isolation*, di mana mereka sedang belajar untuk membentuk hubungan yang intim dan bermakna dengan orang lain, yang memerlukan kecerdasan emosional yang terus berkembang (Kamilla *et al.*, 2022).

Rendahnya persentase mahasiswa yang berada pada kategori kecerdasan emosional tinggi (1,4%) perlu mendapat perhatian khusus. Hal ini dapat mengindikasikan bahwa hanya sebagian kecil mahasiswa yang telah mengembangkan kemampuan optimal dalam mengelola emosi dan berinteraksi sosial secara efektif. Goleman (1995) menekankan bahwa kecerdasan emosional bukanlah kemampuan yang bersifat tetap sejak lahir, melainkan dapat dikembangkan melalui pengalaman, pembelajaran, dan latihan yang sistematis. Oleh karena itu, temuan ini menyiratkan pentingnya program pengembangan kecerdasan emosional yang terstruktur di lingkungan perguruan tinggi.

Di sisi lain, keberadaan 8,2% mahasiswa dengan kecerdasan emosional rendah juga menjadi perhatian penting. Individu dengan kecerdasan emosional rendah cenderung mengalami kesulitan dalam mengenali dan mengelola emosi, yang dapat berdampak pada berbagai aspek kehidupan termasuk prestasi akademik, hubungan interpersonal, dan kesehatan mental. Julika & Setiyawati (2019a) dalam penelitiannya menemukan bahwa mahasiswa dengan kecerdasan emosional rendah lebih rentan mengalami stres akademik yang tinggi dan memiliki tingkat kesejahteraan subjektif yang lebih rendah. Kondisi ini dapat menjadi faktor risiko bagi munculnya berbagai permasalahan psikologis, termasuk ide bunuh diri.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Miftahul Faradisi *et al.* (2025) yang menemukan bahwa mayoritas mahasiswa berada pada kategori kecerdasan emosional sedang, yang mengindikasikan bahwa kemampuan mengelola emosi pada mahasiswa masih perlu ditingkatkan untuk mendukung prestasi akademik dan adaptasi terhadap lingkungan kampus. Pola distribusi yang serupa juga ditemukan dalam berbagai penelitian pada populasi mahasiswa di Indonesia, yang menunjukkan bahwa kecerdasan emosional pada tingkat perguruan tinggi umumnya berada pada kategori sedang.

Faktor-faktor yang memengaruhi tingkat kecerdasan emosional mahasiswa dalam penelitian ini dapat dipahami melalui perspektif teori Goleman (1995) yang mengemukakan dua faktor utama, yaitu lingkungan keluarga dan lingkungan di luar keluarga. Lingkungan keluarga berperan sebagai institusi pendidikan emosional yang paling awal dan mendasar, di mana pola asuh dan interaksi dalam keluarga membentuk fondasi kecerdasan emosional individu. Sementara itu, lingkungan di luar keluarga, termasuk lingkungan kampus, teman sebaya, dan komunitas sosial, memberikan kontribusi dalam pengembangan kecerdasan emosional melalui berbagai pengalaman dan interaksi sosial yang dialami mahasiswa.

2. Tingkat Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa

Hasil analisis deskriptif menunjukkan gambaran tingkat ide bunuh diri dengan kategori sedang pada mahasiswa di Kota Malang yang perlu mendapat perhatian serius. Dari 292 responden yang terlibat dalam penelitian ini, mayoritas mahasiswa berada pada kategori ide bunuh diri sedang, yaitu sebanyak 245 mahasiswa atau sebesar 83,9%. Mahasiswa yang berada pada kategori rendah berjumlah 25 orang atau sebesar 8,6%, sementara mahasiswa yang termasuk dalam kategori tinggi berjumlah 22 orang atau sebesar 7,5%. Nilai rata-rata ide bunuh diri yang diperoleh adalah 7,81 dengan standar deviasi 7,612, dari rentang skor minimum 0 hingga maksimum 38.

Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa di Kota Malang memiliki ide bunuh diri pada tingkat yang perlu diwaspadai. Meskipun mayoritas berada pada kategori sedang, persentase yang mencapai 83,9% menunjukkan bahwa fenomena ide bunuh diri merupakan permasalahan yang cukup meluas di kalangan

mahasiswa. Lebih mengkhawatirkan lagi adalah keberadaan 7,5% mahasiswa yang berada pada kategori ide bunuh diri tinggi, yang mengindikasikan adanya kelompok mahasiswa yang berisiko tinggi untuk melakukan percobaan bunuh diri apabila tidak mendapat intervensi yang tepat.

Temuan penelitian ini konsisten dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Atqiya & Coralia (2023) pada mahasiswa di Kota Bandung yang menemukan bahwa 27,0% mahasiswa memiliki ide bunuh diri kategori sedang dan 4,5% kategori tinggi. Meskipun persentase dalam penelitian ini menunjukkan angka yang lebih tinggi, pola distribusi yang serupa mengindikasikan bahwa ide bunuh diri merupakan fenomena yang cukup umum terjadi di kalangan mahasiswa di berbagai wilayah di Indonesia. Penelitian Novitayani *et al.* (2023) pada mahasiswa kesehatan di Aceh juga menemukan hasil yang sejalan, di mana terdapat 12,3% mahasiswa yang berada dalam kategori risiko tinggi untuk bunuh diri, dengan faktor pemicu utama berupa beban kerja yang melelahkan, kecemasan terkait masa depan profesional, dan tingginya tingkat stres akademik.

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden dalam penelitian ini berada pada kategori ide bunuh diri sedang. Temuan tersebut menunjukkan bahwa meskipun responden belum berada pada tingkat ide bunuh diri yang tinggi, namun terdapat indikasi adanya tekanan psikologis yang cukup signifikan pada mahasiswa. Kondisi ini dapat dipahami melalui beberapa faktor yang memengaruhi kesehatan mental mahasiswa. Beck *et al.* (2009) mengemukakan bahwa ide bunuh diri dipengaruhi oleh tiga faktor utama, yaitu faktor disposisional (impulsivitas dan perfeksionisme sosial), faktor kognitif (skema negatif dan *hopelessness*), dan faktor situasional (tekanan dan stres kehidupan). Dalam konteks mahasiswa, ketiga faktor tersebut sering kali muncul secara bersamaan dan saling memperkuat. Mahasiswa dengan kecenderungan perfeksionisme yang tinggi, misalnya, lebih rentan mengalami perasaan gagal ketika tidak mampu memenuhi standar akademik yang ditetapkan, yang kemudian memicu skema berpikir negatif dan perasaan putus asa.

Mahasiswa berada pada fase kehidupan yang penuh dengan tantangan dan transisi. Fase dewasa awal yang ditandai dengan berbagai tuntutan untuk mandiri, mencapai prestasi akademik, membangun relasi sosial, serta merencanakan masa depan, sering kali menjadi sumber stres yang signifikan. Putra *et al.* (2023) menjelaskan bahwa tekanan akademik yang tinggi, ketidakpastian masa depan, serta dinamika sosial yang kompleks dalam lingkungan kampus sering kali menjadi pemicu stres berkepanjangan yang, apabila tidak dikelola dengan baik, dapat berkembang menjadi ide bunuh diri. Kondisi ini diperparah dengan minimnya sistem dukungan sosial yang memadai, baik dari keluarga, teman, maupun institusi pendidikan.

Berdasarkan tiga aspek ide bunuh diri yang diukur dalam penelitian ini, yaitu *active suicidal desire* (keinginan bunuh diri aktif), *passive suicidal desire* (keinginan bunuh diri pasif), dan *preparation* (persiapan), dapat dipahami bahwa mahasiswa yang berada pada kategori sedang kemungkinan mengalami pikiran atau fantasi tentang kematian, meskipun belum tentu disertai dengan rencana konkret atau persiapan untuk melakukan tindakan bunuh diri. Kondisi ini menunjukkan adanya ambivalensi, di mana mahasiswa mengalami konflik internal antara keinginan untuk melepaskan diri dari penderitaan dengan ketakutan akan kematian itu sendiri, sebagaimana dijelaskan oleh Beck *et al.* (2009) dalam konsep *passive suicidal desire*.

Temuan yang mengkhawatirkan adalah keberadaan 7,5% mahasiswa yang berada pada kategori ide bunuh diri tinggi. Kelompok ini berisiko tinggi untuk melakukan percobaan bunuh diri, terutama apabila mereka juga memiliki akses terhadap metode bunuh diri dan mengalami peristiwa pemicu yang signifikan. Mariyati & Dwiastuti (2023) menjelaskan bahwa proses terbentuknya ide bunuh diri umumnya diawali oleh kebingungan kognitif dan penurunan kemampuan berpikir jernih yang memicu respons emosional negatif seperti keresahan, kecemasan, dan tekanan mental intens. Dalam situasi krisis ini, individu dapat mengembangkan pandangan bahwa mengakhiri hidup adalah jalan keluar dari masalah yang dihadapi.

Konteks Kota Malang sebagai lokasi penelitian juga memberikan perspektif penting dalam memahami temuan ini. Berdasarkan data dari Pusiknas (2024), Kota Malang tercatat sebagai daerah dengan tingkat kasus bunuh diri tertinggi di Jawa Timur dengan setidaknya 30 kasus setiap tahunnya. Kondisi ini mengindikasikan bahwa fenomena bunuh diri di Kota Malang merupakan permasalahan yang serius dan memerlukan upaya pencegahan yang komprehensif. Tingginya prevalensi ide bunuh diri pada mahasiswa di Kota Malang sebagaimana ditemukan dalam penelitian ini dapat menjadi indikator awal yang menjelaskan mengapa tingkat kasus bunuh diri di wilayah ini relatif tinggi.

Faktor-faktor eksternal yang spesifik di Kota Malang juga perlu dipertimbangkan. Sebagai kota pendidikan dengan populasi mahasiswa yang besar, Kota Malang memiliki dinamika sosial yang kompleks. Banyak mahasiswa yang berasal dari luar kota dan harus beradaptasi dengan lingkungan baru, jauh dari keluarga, dan menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan mandiri. Alexandra & Raharjo (2025) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa mahasiswa rantau lebih rentan mengalami masalah psikologis termasuk keinginan bunuh diri karena lemahnya sistem dukungan sosial dan kesulitan dalam adaptasi. Faktor ekonomi, tekanan akademik, serta kesulitan dalam membina relasi sosial yang sehat di lingkungan baru dapat menjadi pemicu stres yang berkontribusi terhadap munculnya ide bunuh diri.

3. Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa

Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berpengaruh signifikan terhadap ide bunuh diri pada mahasiswa di Kota Malang dengan arah hubungan negatif ($\beta = -0,712$; $t = -17,286$; $p < 0,05$), yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah kecenderungan ide bunuh diri yang muncul. Persamaan regresi $Y = 45,189 - 0,519X$ mengindikasikan bahwa setiap peningkatan satu satuan kecerdasan emosional akan menurunkan skor ide bunuh diri sebesar 0,519 satuan. Nilai koefisien determinasi ($R^2 = 0,507$) menunjukkan kecerdasan emosional mampu menjelaskan 50,7% variasi ide bunuh diri, dengan nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,506 yang mengkonfirmasi stabilitas dan validitas model regresi. Kontribusi sebesar 50,7% tergolong substansial mengingat kompleksitas fenomena ide bunuh diri

yang melibatkan berbagai faktor biopsikososial, sehingga hipotesis penelitian dapat diterima.

Temuan ini konsisten dengan penelitian Destianda & Hamidah (2019) yang menemukan hubungan negatif signifikan antara kecerdasan emosional dengan ide bunuh diri pada remaja, serta penelitian Nugsria *et al.* (2023) yang menunjukkan kecerdasan emosional berhubungan negatif dengan *quarter life crisis* pada dewasa awal. Konsistensi lintas populasi ini menegaskan bahwa peran protektif kecerdasan emosional berlaku universal pada berbagai fase perkembangan. Lebih lanjut, Julika & Setiyawati (2019) menunjukkan bahwa stres akademik dan kecerdasan emosional secara bersama-sama memprediksi kesejahteraan subjektif mahasiswa, mengindikasikan bahwa kecerdasan emosional merupakan sumber daya psikologis penting dalam menghadapi tekanan akademik yang dapat berkembang menjadi *distress* emosional lebih berat dan berpotensi meningkatkan ide bunuh diri.

Analisis korelasi antar aspek menunjukkan seluruh aspek kecerdasan emosional berhubungan negatif dengan aspek ide bunuh diri. Mengenali emosi diri menunjukkan korelasi terkuat dengan keinginan bunuh diri aktif ($r = -0,664$), diikuti memotivasi diri ($r = -0,645$), mengenali emosi orang lain ($r = -0,636$), dan membina hubungan ($r = -0,639$). Kekuatan korelasi mengenali emosi diri dijelaskan melalui teori kesadaran diri (*self-awareness*): individu yang mampu mengenali emosi dan memahami penyebabnya memiliki kontrol lebih baik terhadap respons emosional, sementara ketidakmampuan menyebabkan dominasi perasaan tanpa kontrol memadai sehingga mudah terjebak perasaan putus asa (Goleman, 1995). Aspek memotivasi diri berfungsi sebagai antitesis *hopelessness* dengan mempertahankan harapan dan keyakinan situasi dapat membaik, sejalan dengan teori kognitif Beck *et al.* (2009) bahwa putus asa merupakan prediktor utama ide bunuh diri.

Aspek mengenali emosi orang lain dan membina hubungan berkaitan dengan kualitas hubungan interpersonal dan sistem dukungan sosial. Klonsky *et al.* (2016) melalui *Three-Step Theory* menekankan lemahnya ikatan sosial berkontribusi terhadap berkembangnya ide bunuh diri. Kemampuan empati dan membina hubungan membangun koneksi sosial sehat yang menyediakan dukungan emosional dan menciptakan *sense of belonging* sebagai faktor protektif. Firdaus & Hariyono (2021)

memperkuat bahwa isolasi sosial mencerminkan kebutuhan fundamental relasi sosial tidak terpenuhi, sehingga empati dan membina hubungan mengurangi isolasi dan meningkatkan dukungan interpersonal. Zahid (2024) menunjukkan dukungan sosial dari keluarga, teman, dan figur signifikan membantu mahasiswa menghadapi tekanan psikologis, meningkatkan adaptasi, dan mengurangi beban emosional yang mencegah berkembangnya *distress* psikologis.

Aspek mengelola emosi menunjukkan hubungan negatif dengan keinginan bunuh diri aktif ($r = -0,542$), pasif ($r = -0,512$), dan persiapan ($r = -0,363$). Meskipun korelasi relatif lebih rendah, kemampuan menghibur diri, melepaskan kecemasan, mengatasi kemurungan, dan bangkit dari kemerosotan emosional tetap penting mencegah siklus emosi negatif berkepanjangan Putri (2023). Aspek persiapan menunjukkan hubungan lebih lemah ($r = -0,363$ hingga $-0,470$) karena merupakan tahap lanjut spektrum ide bunuh diri yang melibatkan perilaku konkret mengumpulkan metode bunuh diri dan perencanaan detail (Beck *et al.*, 2009). Karisma & Fridari (2021) menegaskan bahwa eskalasi dari ide ke upaya bunuh diri dipengaruhi faktor eksternal dan pengalaman hidup, sehingga kecerdasan emosional berperan mencegah individu mencapai tahap persiapan dengan mengurangi intensitas keinginan bunuh diri sejak fase awal.

Mekanisme pengaruh kecerdasan emosional terhadap ide bunuh diri dapat dipahami melalui perspektif teori kognitif Beck *et al.* (2009) bahwa ide bunuh diri berkembang melalui interaksi faktor disposisional, kognitif, dan situasional. Kecerdasan emosional memutus rantai perkembangan pada tiga level: *kognitif* - kemampuan mengenali dan memahami emosi membantu identifikasi skema berpikir negatif dan restrukturisasi kognitif; *emosional* - kemampuan mengelola emosi mencegah terjebak perasaan putus asa (*hopelessness*) berkepanjangan; *perilaku* - kemampuan memotivasi diri dan membina hubungan mendorong pencarian solusi konstruktif dan bantuan orang lain alih-alih bunuh diri.

Dalam konteks mahasiswa yang menghadapi tekanan akademik tinggi, ketidakpastian masa depan, dan dinamika sosial kompleks, penelitian Putra *et al.* (2023) menjelaskan bahwa kecerdasan emosional berfungsi sebagai sumber daya psikologis memungkinkan adaptasi sehat terhadap berbagai tuntutan. Penelitian ini menemukan

bahwa mayoritas mahasiswa Kota Malang memiliki kecerdasan emosional kategori sedang (90,4%) dan ide bunuh diri kategori sedang (83,9%). Pola distribusi ini mengonfirmasi pengaruh signifikan kecerdasan emosional terhadap ide bunuh diri: mahasiswa dengan kecerdasan emosional sedang memiliki kemampuan cukup memadai mengelola emosi namun belum optimal, sehingga rentan mengalami ide bunuh diri tingkat sedang ketika menghadapi tekanan berat. Temuan ini menekankan urgensi meningkatkan kecerdasan emosional mahasiswa dari kategori sedang ke tinggi untuk menurunkan prevalensi ide bunuh diri.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan dalam penelitian mengenai pengaruh kecerdasan emosional terhadap ide bunuh diri pada mahasiswa di Kota Malang, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosional mahasiswa di Kota Malang secara umum berada pada kategori sedang. Mayoritas responden memiliki kemampuan yang cukup dalam mengenali dan mengelola emosi, memotivasi diri, memahami emosi orang lain, serta membina hubungan sosial. Meskipun demikian, dominasi kategori sedang mengindikasikan bahwa kecerdasan emosional mahasiswa belum sepenuhnya berkembang secara optimal, sehingga masih diperlukan upaya penguatan untuk meningkatkan ketahanan emosional dalam menghadapi berbagai tekanan akademik maupun kehidupan personal.
2. Hasil analisis deskriptif terhadap variabel ide bunuh diri menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada kategori sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa ide bunuh diri merupakan fenomena yang nyata dan relevan di kalangan mahasiswa, meskipun tidak selalu berada pada tingkat yang ekstrem. Keberadaan ide bunuh diri pada tingkat sedang menunjukkan adanya tekanan psikologis dan kesulitan emosional yang dialami mahasiswa, sehingga kondisi ini perlu mendapat perhatian sebagai upaya pencegahan sebelum berkembang menjadi perilaku yang lebih berisiko.
3. Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berpengaruh secara signifikan terhadap ide bunuh diri dengan arah hubungan negatif. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah kecenderungan munculnya ide bunuh diri. Temuan ini menegaskan bahwa kecerdasan emosional memiliki peran penting sebagai faktor protektif yang membantu mahasiswa dalam mengelola emosi negatif, mengurangi perasaan putus asa, serta mencegah berkembangnya pikiran untuk mengakhiri hidup.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah diperoleh, peneliti mengajukan beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat praktis dan kontribusi akademik sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa, disarankan untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya kecerdasan emosional dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam konteks akademik maupun personal. Mahasiswa diharapkan dapat mengembangkan kemampuan mengenali dan mengelola emosi, mengelola stres secara adaptif, serta membangun hubungan sosial yang sehat. Selain itu, mahasiswa juga dianjurkan untuk tidak ragu mencari bantuan profesional atau dukungan dari lingkungan sekitar apabila mengalami tekanan psikologis atau munculnya ide-ide negatif terkait kehidupan.
2. Bagi universitas, disarankan untuk memperkuat peran institusi dalam mendukung kesehatan mental mahasiswa melalui pengembangan layanan konseling dan pendampingan psikologis yang mudah diakses. Universitas juga diharapkan dapat menginisiasi program-program pengembangan kecerdasan emosional, seperti pelatihan regulasi emosi, manajemen stres, dan keterampilan sosial, serta menciptakan lingkungan kampus yang lebih suportif terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa.
3. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan melibatkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi ide bunuh diri, seperti dukungan sosial, resiliensi, stres akademik, atau faktor religiusitas. Penelitian lanjutan juga dapat menggunakan desain longitudinal atau pendekatan kualitatif untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika kecerdasan emosional dan ide bunuh diri pada mahasiswa. Selain itu, perluasan populasi penelitian ke konteks wilayah atau kelompok yang berbeda diharapkan dapat meningkatkan generalisasi temuan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- 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>
- Alexandra, L., & Raharjo, T. (2025). Keinginan Bunuh Diri pada Mahasiswa Rantau Tinjauan Kecemasan Akademik dan Kelekatan Orang Tua. *Jurnal Simki Pedagogia*, 8(1), 110–121. <https://jipied.org/index.php/JSP>
- Anwar, A., Nurkholik, A., Utami, F. N., Liestyowati, L., Busnawir, B., Akhriyanto, K., Juniarto, G., & Fajar, M. (2023). *Statistik Dasar: Teori dan Konsep Dasar Statistika*. 1–139.
- Atqiya, A. N., & Coralina, F. (2023). Gambaran Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa di Kota Bandung. *Bandung Conference Series: Psychology Science*. <https://doi.org/10.29313/bcsps.v3i1.5184>
- Azan, A. A. M., Noorzalizamry, N. F. A., Kamal, N. I. M., Othman, P. N. C. E., & Zuhata, Z. (2025). Kesehatan Mental Mahasiswa: Kajian Terhadap Punca Dan Kesan Stres Serta Depresi Dalam Kalangan Pelajar UITM. *E-Journal of Islamic Thought & Understanding*, 8(1), 115–136. <https://doi.org/10.24191/EJITU.V8I1.7387>
- Beck, A. T., Wenzel, A., & Brown, Gregory K. (2009). *Cognitive Therapy or Suicidal Patients* (T. L. Klaff, Ed.). American Psychological Association.
- BPS. (2024, February). Jumlah Perguruan Tinggi, Dosen, dan Mahasiswa (Negeri dan Swasta) di Bawah Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi Menurut Kabupaten/Kota di Provinsi Jawa Timur, 2024. Badan Pusat Statistik. <https://jatim.bps.go.id/id/statistics-table/3/Y21kVGRHNXZVMEI3S3pCRllyMHJRbnBIWkVZemR6MDkjMw%3D%3D/jumlah-perguruan-tinggi-sup-1--sup---dosen--dan-mahasiswa-negeri-dan-swasta--di-bawah-kementerian-ri-seteknologi-dan-pendidikan-tinggi-kementerian-pendidikan-dan-kebudayaan-menurut-kabupaten-kota-di-provinsi-jawa-timur--2024.html?year=2024>
- CDC. (2025, March 26). *Suicide Data and Statistics | Suicide Prevention | CDC*. <https://www.cdc.gov/suicide/facts/data.html>
- Creswell, J. W. (2014). *E-Book Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches (Fourth Edition)*. Sage Publications, Inc. <https://elibrary.stikesghsby.ac.id>
- Dâmbean, C. A., & Gabor, M. R. (2021). Implications of Emotional Intelligence in Human Resource Management. *ECONOMICS - Innovative and Economics Research Journal*, 9(2), 73–90. <https://doi.org/10.2478/EOIK-2021-0016>
- Damopolii, M. R. A., & Rohmadani, Z. V. (2025). Hubungan antara Konsep Diri dengan Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa di Yogyakarta. *Journal of Basic Educational Studies*, 5(1), 2025. <https://doi.org/47467/eduinovasi.v5i1.5879148>

- Destianda, R. A. S., & Hamidah. (2019). Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Ide Bunuh Diri Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 8. <http://url.unair.ac.id/3cb97dc0>
- Doho, Y. D. B., Oktara, T. W., Indriana, I. H., Putri, D. M., Sitio, H., Masruroh, F., Sidik, N. A. H., & Cahyadiana, W. (2023). Kecerdasan Emosional (Teori Dan Aplikasi) (Y. Don Bosco Doho, Ed.). WIDINA MEDIA UTAMA. www.freepik.com
- Elliyghaniy, R. M., & Alwi, M. M. (2024). Analisis Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember. *Psychospiritual: Journal of Trends in Islamic Psychological Research*, 3(2), 151–160. <https://doi.org/10.35719/psychospiritual.vxix.xx>
- Fauzi, Moh. M. (2017). Kecerdasan Emosional Menurut Luqman Al-Hakim (Studi Analisis Surat Luqman, Ayat 12 – 19). *Jurnal Pendidikan Islam Al I'tibar*, 4, 50–71.
- Field, A. (2013). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics* (M. Carmichael, Ed.; 4th ed.). SAGE Publication Ltd. https://books.google.co.id/books?id=c0Wk9IuBmAoC&printsec=frontcover&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Firdaus, F., & Hariyono, D. T. (2021). Pengaruh Interpersonal Needs dan Simtom Depresi terhadap Ide Bunuh Diri pada Masyarakat. *Biopsikososial*.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence* (T. Hermaya, Ed. & Tran.; 12th ed.). PT Gramedia Pustaka Utama.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2014). *Multivariate Data Analysis*. 7th Edition (7th ed.). <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=2190475>
- Hardani, Ustiawaty, J., & Juliana Sukmana, D. (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif* (H. Abadi, Ed.). CV. Pustaka Ilmu Group. <https://www.researchgate.net/publication/340021548>
- Ifenta, A., & Pratiwi, L. (2025). Peran Agama terhadap Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa Religius. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 7(1), 103–114. <https://doi.org/10.32939/ijcd.v7i1.5239>
- Juliani, S. R. P., & Erita, J. (2023). Analisis Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penilaian Kemampuan Berpikir Kritis dalam Konteks Sekolah Menengah. In *Journal of Educational Integration and Development* (Vol. 3, Number 3).
- Julika, S., & Setiyawati, D. (2019a). Hubungan antara Kecerdasan Emosional, Stres Akademik, dan Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(1), 50. <https://doi.org/10.22146/gamajop.47966>
- Julika, S., & Setiyawati, D. (2019b). Hubungan antara Kecerdasan Emosional, Stres Akademik, dan Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(1), 50. <https://doi.org/10.22146/GAMAJOP.47966>

- Kamilla, K. N., Saputri, A. N. E., Fitriani, D. A., Az Zahrah, S. A., Andryana, P. F., Ayuningtyas, I., & Firdausia, I. S. (2022). Teori Perkembangan Psikososial Erik Erikson. *Early Childhood Journal*, 3(2), 77–87. <https://doi.org/10.30872/ECJ.V3I2.4835>
- 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>
- Kesuma, V. M., Atmodiwirjo, E. T., & Idulfilastri, R. M. (2021). pengujian Struktur Faktor Pada Konstruk *Beck Suicidal Ideation Scale* Dengan Individu Dewasa Awal. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 5(2), 549–559. <https://doi.org/10.24912/JMISHUMSEN.V5I2.11310.2021>
- Klonsky, E. D., May, A. M., & Saffer, B. Y. (2016). Suicide, Suicide Attempts, and Suicidal Ideation. *Annual Review of Clinical Psychology*, 12, 307–330. <https://doi.org/10.1146/ANNUREV-CLINPSY-021815-093204>
- Mardhiyah, Sinilhaq, N. A., Amelia, Y., Arini, A., Hidayatullah, R., & Harmonedi. (2025). Populasi dan Sampel dalam Penelitian Pendidikan: Memahami Perbedaan, Implikasi, dan Strategi Pemilihan yang Tepat. *Katalis Pendidikan: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Matematika*, 2, 208–218. <https://journal.lpkd.or.id/index.php/Katalis/article/view/1670/2131>
- Mariyati, P., & Dwiastuti, R. (2023). Gambaran Dinamika Psikologis Mahasiswa yang Memiliki Ide Bunuh Diri. *Jurnal Penelitian Ilmu Kesehatan (Jurnal Pikes)*, 4(2), 39–48. <https://doi.org/10.31234/OSF.IO/XHQGM>
- Miftahul Faradisi, Z., Ingriani, D., Yuliani, L., Arista, L., Tri Ariani, T., & Maliki Akbar, Z. (2025). Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Prestasi Akademik pada Siswa SMK Kesehatan Prima Nusantara. *Protein: Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 3, 145–156. <https://doi.org/10.61132/protein.v3i3.1526>
- NIH. (2025). *Suicide - National Institute of Mental Health (NIMH)*. <https://www.nimh.nih.gov/health/statistics/suicide>
- Novitayani, S., Nurhidayah, I., & Keperawatan Universitas Syiah Kuala, F. (2023). Analisis Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Kesehatan di Kota Banda Aceh. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 1, 61–68.
- Novrian, A. (2025, April 26). Kasus Bunuh Diri Kembali Terjadi di Malang: Saatnya Kita Berhenti Diam dan Lebih Peduli! - Radar Malang. <https://radarmalang.jawapos.com/berita-terbaru/815930217/kasus-bunuh-diri-kembali-terjadi-di-malang-saatnya-kita-berhenti-diam-dan-lebih-peduli>
- Nugsria, A., Pratitis, N. T., & Arifiana, I. Y. (2023). Quarter life crisis pada dewasa awal: Bagaimana peranan kecerdasan emosi? *INNER: Journal of Psychological Research*, 3. <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/837/591>

- Pusiknas. (2024, August 27). *Bunuh Diri, Gangguan Masyarakat dengan Jumlah Kasus Terbanyak ke-4* | Pusiknas Bareskrim Polri. https://pusiknas.polri.go.id/detail_artikel/bunuh_diri_gangguan_masyarakat_dengan_jumlah_kasus_terbanyak_ke-4
- Pusiknas. (2025, August 29). *Statistik Gangguan* | Pusiknas Bareskrim Polri. <https://pusiknas.polri.go.id/gangguan>
- Putra, D. Ek., Nelwati, N., & Fernandes, F. (2023). Hubungan Depresi, Stres Akademik dan Regulasi Emosi dengan Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(3), 689–706. <https://doi.org/10.26714/JKJ.11.3.2023.689-706>
- Putri, A., & Satwika, Y. W. (2022). Analisis Faktor-Faktor yang Memengaruhi Ide Bunuh Diri pada Perempuan Dewasa Awal *Analysis of Factors Influencing Suicidal Ideation in Early Adult Women*. 11(02), 844–864. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v11n2.p844-864>
- Putri, M. S. (2023). Model Pembelajaran Sentra dalam Pendidikan Anak Usia Dini. *JiIP (Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan)*, 6(6). <https://www.jiip.stkipyapisdampu.ac.id/jiip/index.php/JiIP/article/view/2093/1825>
- Putri Mukhlisa, Sindi Yohenda, Ulfa Yanti, & Linda Yarni. (2023). Kecerdasan Emosional/*Emotional Intelligence* (EQ). *Atmosfer: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, Budaya, Dan Sosial Humaniora*, 2(1), 115–127. <https://doi.org/10.59024/atmosfer.v2i1.656>
- Qurratu, R., Fasa, A., & Tria Ningsih, Y. (2024). Kontribusi Dukungan Sosial terhadap Suicide Ideation pada Dewasa Awal di Sumatera Barat. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4, 5054–5065. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>
- Ramadhani, F. E., & Khotimah, K. (2023). Memahami Kecerdasan Emosional dan Spiritual Melalui Lensa Islam. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(2), 1–17. <https://doi.org/XX.XXXXX/merdeka>
- Rasyid, F. (2022). Metodologi Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif: *Teori, Metode, Dan Praktek* (Epullah & L. Latifa, Eds.; 1st ed.). IAIN Kediri Press.
- Rofiqah, R. (2023). *The Effect of Self-compassion and Support Systems on Flourishing in Students* (pp. 68–76). https://doi.org/10.2991/978-2-38476-032-9_8
- Rofiqah, Rosidi, S., & Pawelzick, C. A. (2023). Personal and social factors of resilience: Factorial validity and internal consistency of Indonesian read. *International Journal of Advanced Psychiatric Nursing*, 5(1), 113–120. <https://doi.org/10.33545/26641348.2023.v5.i1b.119>
- Sa'idah, M. (2023). Kecerdasan Emosional Dalam Pendidikan Islam. *ILUMINASI: Journal of Research in Education*, 1(1), 45–58. <http://yphn.ac.id/ejournal/index.php/ILUMINASI/index>

- Salovey, P., Cobb, C. D., & Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 58(3), 14–18. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Sarnoto, A. Z., & Rahmawati, T. (2020). KECERDASAN EMOSIONAL DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN. *Jurnal Informasi Media Sosial Dan Pendidikan*, 10(1). <https://www.kompasiana.com/educare/5ee86f91097f366641225252/belajar->
- Shoib, S., Armiya'u, A. Y. u., Nahidi, M., Arif, N., & Saeed, F. (2022). Suicide in Muslim world and way forward. *Health Science Reports*, 5(4), e665. <https://doi.org/10.1002/HSR2.665>
- Sugiyono. (2023). Metode penelitian pendidikan : pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R & D (Sutopo, Ed.; 5th ed.). Penerbit ALFABETA Bandung. <https://digilib.ub.ac.id/opac/detail-opac?id=75866>
- Waruwu, M., Pu'at, S. N., Utami, P. R., Yanti, E., & Rusydiana, M. (2025). Metode Penelitian Kuantitatif: Konsep, Jenis, Tahapan dan Kelebihan. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 10(1), 917–932. <https://doi.org/10.29303/jipp.v10i1.3057>
- WHO. (2025, March 25). *Suicide*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide>
- Zahid, N. (2024). Dukungan sosial dan ide bunuh diri pada mahasiswa rantau semester akhir berdasarkan teori ekologi Bronfrenbrenner. In *Maliki Interdisciplinary Journal (MIJ) eISSN* (Vol. 2, Number 11). <http://urj.uin-malang.ac.id/index.php/mij/index>
- Zulfikar, A. (2024).). Pengaruh Kecerdasan Emosi Dan Dukungan Sosial Terhadap *Life Statisfication* Mahasiswa Baru UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2023/2024. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Informed Consent

08/01/26, 03.59

Pernyataan Persetujuan

Pernyataan Persetujuan

Selamat Pagi/Siang/Sore/Malam.

Terima kasih sebelumnya atas waktu dan partisipasi Saudara/Saudari untuk mengisi kuesioner ini.

Perkenalkan saya Raihan Noer Muhammad Alfath, mahasiswa Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2022, ingin meminta bantuan Anda untuk mengisi kuesioner ini. Saat ini saya sedang melakukan penelitian terkait **Kesehatan Mental Mahasiswa**.

Saya mengharapkan kesediaan Saudara/Saudari untuk berpartisipasi sebagai responden dalam mengisi kuesioner ini yang akan digunakan sebagai data penelitian. Semua data akan dijamin kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan dalam lingkup pendidikan. Waktu dan respons yang Anda berikan sangat saya hargai.

Perlu Saudara/Saudari ketahui bahwa beberapa pertanyaan mungkin membuat Anda mengingat perasaan kurang menyenangkan. Jika merasa tidak nyaman, Anda boleh berhenti kapan saja tanpa konsekuensi dan tidak wajib menjawab semua pertanyaan. Partisipasi Anda sepenuhnya sukarela, artinya anda berhak menolak, berhenti kapan saja, atau menarik data sebelum diolah tanpa ada sanksi apapun. Jika terdapat pertanyaan, Anda dapat menghubungi saya melalui telepon/WhatsApp 087761803656 atau 220401110168@student.uin-malang.ac.id

Silahkan untuk membaca instruksi terlebih dahulu sebelum memulai pengerjaan. Sekali lagi saya sampaikan terima kasih atas partisipasi Saudara/Saudari dalam penelitian ini.

*** Menunjukkan pertanyaan yang wajib diisi**

1. Nama/Inisial *

2. Jenis Kelamin *

Tandai satu oval saja.

☐ Laki-Laki

☐ Perempuan

08/01/26, 03.59

Pernyataan Persetujuan

3. Usia (Contoh: 22) *

4. Semester (Contoh: 7) *

5. Asal Kampus (Contoh: Universitas Brawijaya) *

6. Nomor Whatsapp (*Hanya digunakan untuk pengiriman reward*) *

7. Saya telah membaca dan memahami secara jelas prosedur dan hak partisipasi saya dalam penelitian ini. Saya menyatakan bahwa bersedia berpartisipasi pada riset ini dilakukan secara sukarela tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Saya mengizinkan peneliti menggunakan data-data yang diberikan pada rangkaian riset ini untuk kepentingan dan tujuan riset (tidak untuk kepentingan lain). *

Tandai satu oval saja.

☐ Ya

Lampiran 2 Skala Kecerdasan Emosional

Instruksi Pengisian

Silakan isi penilaian dengan ketentuan sebagai berikut:

STS: Bila anda merasa **SANGAT TIDAK SESUAI** dengan pernyataan tersebut.

TS: Bila anda merasa **TIDAK SESUAI** dengan pernyataan tersebut.

S: Bila anda merasa **SESUAI** dengan pernyataan tersebut.

SS: Bila anda merasa **SANGAT SESUAI** dengan pernyataan tersebut.

https://docs.google.com/forms/d/1CyT6HckCj_fJgwrnUYPsIXMWuHAYGD8CoLBWn-A9nd8/edit

2/16

8. Saya sadar akan emosi yang sedang saya rasakan dan tahu penyebabnya. *

Tandai satu oval saja.

- ☐ STS
☐ TS
☐ S
☐ SS

9. Saya memiliki motivasi yang tinggi untuk mencapai tujuan yang menantang. *

Tandai satu oval saja.

- ☐ STS
☐ TS
☐ S
☐ SS

10. Saya mampu mempertahankan diri agar tetap tenang, terlepas dari emosi yang saya rasakan. *

Tandai satu oval saja.

- ☐ STS
☐ TS
☐ S
☐ SS

08/01/26, 03:59

Pernyataan Persetujuan

11. Saya dapat menangani stres dengan baik. *

Tandai satu oval saja.

- ☐ STS
☐ TS
☐ S
☐ SS

12. Saya tetap fokus pada tujuan meskipun banyak rintangan yang saya hadapi. *

Tandai satu oval saja.

- ☐ STS
☐ TS
☐ S
☐ SS

13. Ketika situasi yang tidak terduga terjadi, saya akan panik. *

Tandai satu oval saja.

- ☐ STS
☐ TS
☐ S
☐ SS

14. Saya sadar akan suasana hati yang sedang saya alami. *

Tandai satu oval saja.

- ☐ STS
☐ TS
☐ S
☐ SS

08/01/26, 03:59

Pernyataan Persetujuan

15. Saya dapat memahami perasaan yang disampaikan melalui pesan verbal atau lisan. *

Tandai satu oval saja.

- ☐ STS
☐ TS
☐ S
☐ SS

16. Saya sadar akan keinginan yang ada dalam diri saya. *

Tandai satu oval saja.

- ☐ STS
☐ TS
☐ S
☐ SS

17. Saya mampu menerima perubahan yang cepat untuk mencapai suatu tujuan. *

Tandai satu oval saja.

- ☐ STS
☐ TS
☐ S
☐ SS

08/01/26, 03:59

Pernyataan Persetujuan

18. Saya sadar akan efek dari perasaan yang sedang saya alami terhadap orang lain. *

Tandai satu oval saja.

- ☐ STS
☐ TS
☐ S
☐ SS

19. Ketika menjalani suatu hal, saya selalu berharap untuk sukses daripada takut gagal. *

Tandai satu oval saja.

- ☐ STS
☐ TS
☐ S
☐ SS

20. Saya mampu menangani konflik emosi dengan bijaksana. *

Tandai satu oval saja.

- ☐ STS
☐ TS
☐ S
☐ SS

08/01/26, 03:59

Pernyataan Persetujuan

21. Saya mampu menjaga emosi negatif agar tetap dalam kendali. *

Tandai satu oval saja.

- ☐ STS
☐ TS
☐ S
☐ SS

22. Saya mampu mengesampingkan perasaan yang sedang dialami ketika menyelesaikan suatu hal. *

Tandai satu oval saja.

- ☐ STS
☐ TS
☐ S
☐ SS

23. Saya tidak membiarkan emosi negatif menjadi hambatan dalam bekerja sama dengan orang lain. *

Tandai satu oval saja.

- ☐ STS
☐ TS
☐ S
☐ SS

08/01/26, 03:59

Pernyataan Persetujuan

24. Saya dapat memberikan saran atau nasihat yang berguna ketika dibutuhkan. *

Tandai satu oval saja.

☐ STS

☐ TS

☐ S

☐ SS

25. Saya mampu menjaga keinginan-keinginan buruk saya tetap dalam kendali. *

Tandai satu oval saja.

☐ STS

☐ TS

☐ S

☐ SS

26. Saya mampu menghadapi masalah tanpa memandang dengan siapa saya bekerja. *

Tandai satu oval saja.

☐ STS

☐ TS

☐ S

☐ SS

08/01/26, 03:59

Pernyataan Persetujuan

27. Saya dapat memahami perasaan yang disampaikan melalui pesan non-verbal atau tulisan. *

Tandai satu oval saja.

- ☐ STS
☐ TS
☐ S
☐ SS

28. Saya memahami hubungan emosi antar individu yang berbeda, serta apa yang mereka lakukan. *

Tandai satu oval saja.

- ☐ STS
☐ TS
☐ S
☐ SS

29. Saya tidak ragu berkorban demi mencapai tujuan yang penting. *

Tandai satu oval saja.

- ☐ STS
☐ TS
☐ S
☐ SS

Lampiran 3 Skala Ide Bunuh Diri

Bagian ini terdiri dari 19 kelompok pernyataan. Mohon setiap kelompok pernyataan dibaca dengan cermat, setelah itu pilihlah salah satu dari pernyataan di setiap kelompok yang paling menggambarkan perasaan anda belakangan ini. Pastikan bahwa anda tidak memilih lebih dari satu pernyataan dalam setiap kelompok. Silahkan memilih **Opsi 1** apabila terdapat pernyataan tidak sesuai dengan diri anda.

https://docs.google.com/forms/d/1CyT6HckCj_fJgwrnUYPsDXMWuHAYGD8CoLBWn-A9nd8/edit

9/16

08/01/26, 03:59

Pernyataan Persetujuan

30. 1. Saya memiliki keinginan untuk hidup *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Sedang ke tinggi
☐ Rendah
☐ Tidak ada

31. 2. Saya berharap untuk mengakhiri hidup *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Tidak ada
☐ Rendah
☐ Sedang ke tinggi

32. 3. Saya memiliki alasan untuk tetap hidup dibandingkan dengan mati *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Hidup lebih penting daripada mati
☐ Sama baiknya untuk hidup maupun mati
☐ Lebih besar alasan untuk mati daripada hidup

33. 4. Saya berkeinginan untuk bunuh diri *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Tidak ada
☐ Rendah
☐ Sedang ke tinggi

08/01/26, 03:59

Pernyataan Persetujuan

34. 5. Saya berkeinginan untuk bunuh diri secara pasif *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Saya akan mengambil tindakan pencegahan untuk menyelamatkan hidup
- ☐ Saya akan membiarkan hidup atau mati secara kebetulan
- ☐ Saya akan menghindari langkah yang diperlukan untuk menyelamatkan atau mempertahankan hidup

35. 6. Munculnya durasi atau lamanya keinginan bunuh diri saya *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Singkat
- ☐ Lebih lama
- ☐ Terus menerus atau hampir terus menerus

36. 7. Frekuensi munculnya ide bunuh diri yang saya alami *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Jarang atau sesekali
- ☐ Kadang-kadang muncul
- ☐ Selalu muncul

37. 8. Sikap saya terhadap ide atau keinginan bunuh diri *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Menolak
- ☐ Acuh tak acuh, ambivalen (menerima dan menolak)
- ☐ Menerima

08/01/26, 03:59

Pernyataan Persetujuan

38. 9. Kontrol saya atas tindakan atau keinginan untuk bunuh diri *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Memiliki kontrol diri
- ☐ Tidak yakin mengontrol diri
- ☐ Tidak mampu mengontrol diri

39. 10. Adanya penghalang untuk melakukan bunuh diri (misalnya, dari keluarga dan agama) *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Tidak akan mencoba karena ada penghalang
- ☐ Khawatir terhadap penghalang yang ada
- ☐ Tidak khawatir terhadap penghalang yang ada

40. 11. Alasan pemikiran untuk bunuh diri *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Untuk memanipulasi lingkungan, untuk mendapatkan perhatian, atau balas dendam
- ☐ Kombinasi dari pilihan di atas dan di bawah
- ☐ Melarikan diri, memecahkan masalah, atau sebagai tindakan untuk mengakhiri hidup

41. 12. Saya memiliki metode khusus atau rencana spesifik untuk melakukan bunuh diri *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Tidak merencanakan atau tidak dipertimbangkan
- ☐ Dipertimbangkan, namun tidak secara rinci
- ☐ Rencana dipertimbangkan secara rinci

08/01/26, 03:59

Pernyataan Persetujuan

42. 13. Saya memiliki peluang untuk melakukan tindakan bunuh diri *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Metode tidak tersedia, tidak ada peluang
- ☐ Metode membutuhkan waktu atau upaya, dan peluang tidak tersedia
- ☐ Metode dan peluang sudah tersedia atau sudah diantisipasi

43. 14. Saya memiliki kemampuan untuk melaksanakan tindakan bunuh diri *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Tidak berani, terlalu lemah, takut, tidak kompeten
- ☐ Tidak yakin akan keberanian atau tidak berani, namun berkompeten
- ☐ Berkompeten dan berani

44. 15. Saya memiliki harapan dari tindakan bunuh diri yang aktual atau nyata *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Tidak ada
- ☐ Tidak pasti atau tidak yakin
- ☐ Ada

45. 16. Saya memiliki persiapan nyata untuk melakukan upaya bunuh diri *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Tidak ada
- ☐ Ada sedikit usaha (misalnya, sedang mengumpulkan pil atau obat-obatan)
- ☐ persiapan sudah lengkap (misalnya, memiliki pil atau pistol)

08/01/26, 03:59

Pernyataan Persetujuan

46. 17. Saya mempunyai catatan bunuh diri *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Tidak ada
- ☐ Sudah mulai membuat tetapi tidak selesai, hanya dipikirkan
- ☐ memiliki catatan bunuh diri yang sudah diselesaikan

47. 18. Saya memiliki tindakan terakhir (misalnya tekad) *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Tidak ada
- ☐ Hanya dipikirkan atau hanya ada keyakinan
- ☐ Membuat perencanaan yang pasti dan sudah bertekad

48. 19. Saya menyembunyikan rencana bunuh diri saya *

Tandai satu oval saja.

- ☐ Mengungkapkan ide secara terbuka
- ☐ Menahan diri untuk mengungkapkan
- ☐ Berusaha untuk menyembunyikan, atau berbohong

08/01/26, 03:59

Pernyataan Persetujuan

Bagian Tanpa Judul

Terima kasih telah membantu mengisi kuesioner penelitian ini. Apabila Saudara berubah pikiran untuk tidak memberikan informasi, anda berhak untuk menarik data yang sudah diberikan dalam kurun waktu maksimal satu (1) minggu setelah pengisian kuesioner dengan menghubungi email dibawah ini: 220401110168@student.uin-malang.ac.id

Beberapa pertanyaan dalam kuesioner ini berpotensi menimbulkan ketidaknyamanan emosional atau mengingat pengalaman yang kurang menyenangkan. Apabila selama atau setelah pengisian kuesioner Anda merasa tertekan, tidak nyaman, atau muncul dorongan untuk melukai diri sendiri, Anda dianjurkan untuk segera menghentikan pengisian dan mencari bantuan dari pihak yang berkompeten.

Partisipan dapat menghubungi psikolog, konselor, fasilitas layanan kesehatan mental terdekat, atau orang terpercaya untuk memperoleh dukungan lebih lanjut. Apabila kondisi yang dialami bersifat darurat, partisipan dapat menghubungi layanan Emergency Response Indonesia Sehat Jiwa melalui nomor **0811-3788-898**.

Selain itu, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia juga menyediakan layanan konseling kesehatan jiwa melalui rumah sakit yang memiliki fasilitas layanan kesehatan mental melalui Rumah Sakit Jiwa Radjiman Wediodiningrat Malang yang dapat dihubungi melalui nomor **(0341) 423444** atau WhatsApp **0811-3203-1118**.

Keikutsertaan dalam penelitian ini bersifat sukarela, dan partisipan memiliki hak untuk menghentikan partisipasi kapan saja tanpa konsekuensi apa pun. Kesejahteraan dan keselamatan partisipan merupakan prioritas utama dalam penelitian ini.

Konten ini tidak dibuat atau didukung oleh Google.

Google Formulir

Lampiran 4 Hasil Uji Validitas Kecerdasan Emosional

		Correlations																				
		S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12	S13	S14	S15	S16	S17	S18	S19	V1	
Spearman's rho	S1	Correlation Coefficient	1.000	.360**	.422**	.642**	.561**	.292**	.317**	.490**	.277**	.352**	-.028	.339**	.431**	.299**	.445**	.335**	.398**	.345**	.179**	.532**
		Sig. (2-tailed)	.	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.638	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.002	.000
		N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
	S2	Correlation Coefficient	.360**	1.000	.515**	.502**	.458**	.198**	.235**	.363**	.229**	.256**	.054	.272**	.355**	.242**	.301**	.243**	.318**	.290**	.169**	.401**
		Sig. (2-tailed)	.000	.	.000	.000	.001	.000	.000	.000	.000	.000	.354	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.004	.000
		N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
	S3	Correlation Coefficient	.422**	.515**	1.000	.323**	.552**	.282**	.336**	.408**	.235**	.307**	.107	.258**	.369**	.268**	.403**	.269**	.303**	.341**	.158**	.457**
		Sig. (2-tailed)	.000	.000	.	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.068	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.007	.000
		N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
	S4	Correlation Coefficient	.642**	.502**	.323**	1.000	.470**	.269**	.336**	.368**	.303**	.349**	-.060	.323**	.337**	.280**	.411**	.320**	.424**	.336**	.167**	.490**
		Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.306	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.004	.000
		N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
	S5	Correlation Coefficient	.561**	.458**	.552**	.470**	1.000	.318**	.188**	.422**	.245**	.352**	.035	.266**	.333**	.286**	.431**	.263**	.365**	.295**	.174**	.496**
		Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.	.000	.001	.000	.000	.000	.553	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.003	.000	.000
		N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
	S6	Correlation Coefficient	.292**	.198**	.282**	.269**	.223**	1.000	.473**	.399**	.611**	.493**	.350**	.447**	.440**	.556**	.419**	.568**	.470**	.470**	.044	.708**
		Sig. (2-tailed)	.000	.001	.000	.000	.000	.	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.451	.000
		N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
	S7	Correlation Coefficient	.317**	.235**	.336**	.336**	.188**	.473**	1.000	.264**	.419**	.422**	.253**	.355**	.412**	.486**	.444**	.428**	.482**	.421**	.154**	.597**
		Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.001	.000	.	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.009	.000
		N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
	S8	Correlation Coefficient	.490**	.363**	.408**	.368**	.422**	.398**	.264**	1.000	.281**	.333**	.207**	.326**	.488**	.416**	.435**	.379**	.373**	.431**	.179**	.603**
		Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.002	.000	.000
		N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
	S9	Correlation Coefficient	.277**	.229**	.235**	.303**	.245**	.611**	.419**	.281**	1.000	.297**	.313**	.481**	.358**	.487**	.358**	.573**	.412**	.327**	.123**	.606**
		Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.035	.000
		N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
	S10	Correlation Coefficient	.352**	.256**	.307**	.349**	.352**	.493**	.422**	.333**	.297**	1.000	.227**	.433**	.351**	.447**	.387**	.459**	.435**	.389**	.174**	.623**
		Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.003	.000
		N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
	S11	Correlation Coefficient	-.028	.054	.107	-.060	.035	.350**	.253**	.207**	.313**	.227**	1.000	.287**	.133**	.288**	.160**	.235**	.180**	.295**	.245**	.480**
		Sig. (2-tailed)	.638	.534	.068	.306	.553	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.	.000	.023	.000	.006	.000	.002	.000	.000
		N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
	S12	Correlation Coefficient	.339**	.272**	.258**	.323**	.266**	.447**	.355**	.326**	.481**	.433**	.287**	1.000	.140**	.466**	.347**	.466**	.346**	.370**	.260**	.603**
		Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.	.017	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
		N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
	S13	Correlation Coefficient	.431**	.355**	.369**	.337**	.334**	.440**	.412**	.488**	.358**	.351**	.133**	.140**	1.000	.242**	.370**	.369**	.340**	.384**	.082	.499**
		Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.023	.017	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.163	.000
		N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
	S14	Correlation Coefficient	.299**	.242**	.268**	.280**	.286**	.556**	.486**	.416**	.487**	.447**	.288**	.466**	.242**	1.000	.258**	.491**	.521**	.453**	.133**	.647**
		Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.	.000	.000	.000	.000	.023	.000
		N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
	S15	Correlation Coefficient	.445**	.301**	.403**	.411**	.431**	.419**	.444**	.435**	.358**	.387**	.160**	.347**	.370**	.258**	1.000	.225**	.382**	.427**	.123**	.569**
		Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.006	.000	.000	.000	.	.000	.000	.000	.036	.000
		N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
	S16	Correlation Coefficient	.335**	.243**	.269**	.320**	.268**	.568**	.428**	.379**	.573**	.459**	.235**	.466**	.369**	.491**	.225**	1.000	.289**	.395**	.084	.588**
		Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.	.000	.000	.150	.000
		N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
	S17	Correlation Coefficient	.398**	.318**	.303**	.424**	.365**	.470**	.482**	.373**	.412**	.435**	.180**	.346**	.340**	.521**	.382**	.289**	1.000	.281**	.106	.595**
		Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.002	.000	.000	.000	.000	.000	.	.000	.070	.000
		N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
	S18	Correlation Coefficient	.345**	.290**	.341**	.336**	.256**	.470**	.421**	.431**	.327**	.389**	.295**	.370**	.384**	.453**	.427**	.395**	.281**	1.000	.080	.558**
		Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.	.891	.000
		N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
	S19	Correlation Coefficient	.179**	.169**	.158**	.167**	.174**	.044	.154**	.179**	.123**	.174**	.245**	.260**	.082	.133**	.123**	.084	.106	.080	1.000	.280**
		Sig. (2-tailed)	.002	.004	.007	.004	.003	.451	.009	.002	.035	.003	.000	.163	.023	.036	.150	.070	.891	.	.000	.000
		N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
V1	Correlation Coefficient	.532**	.401**	.457**	.490**	.496**	.709**	.597**	.603**	.606**	.623**	.480**	.603**	.499**	.647**	.569**	.588**	.595**	.558**	.280**	1.000	
		Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	
		N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Lampiran 5 Hasil Uji Validitas Ide Bunuh Diri

		Correlations																			V1
		S11	S12	S13	S14	S15	S16	S17	S18	S19	S110	S111	S112	S113	S114	S115	S116	S117	S118	S119	
S1	Pearson Correlation	1	.492**	.583**	.714**	.609**	.438**	.475**	.558**	.419**	.471**	.011	.411**	.531**	.441**	.550**	.486**	.525**	.496**	.235**	.734**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.847	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
S2	Pearson Correlation	.492**	1	.603**	.535**	.514**	.303**	.356**	.465**	.336**	.332**	.081	.372**	.430**	.361**	.418**	.383**	.396**	.421**	.235**	.623**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.169	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
S3	Pearson Correlation	.583**	.603**	1	.475**	.602**	.399**	.455**	.486**	.393**	.384**	.115	.384**	.480**	.381**	.497**	.425**	.422**	.476**	.210**	.684**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.050	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
S4	Pearson Correlation	.714**	.535**	.475**	1	.550**	.416**	.487**	.499**	.430**	.467**	-.009	.422**	.478**	.417**	.542**	.451**	.535**	.489**	.231**	.709**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.878	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
S5	Pearson Correlation	.609**	.514**	.602**	.550**	1	.338**	.341**	.480**	.370**	.447**	.067	.336**	.416**	.381**	.521**	.398**	.441**	.388**	.230**	.661**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.250	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
S6	Pearson Correlation	.438**	.303**	.399**	.416**	.338**	1	.544**	.477**	.642**	.512**	.330**	.480**	.540**	.600**	.511**	.616**	.572**	.549**	.100	.740**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.089	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
S7	Pearson Correlation	.475**	.356**	.455**	.487**	.341**	.544**	1	.390**	.535**	.482**	.257**	.419**	.528**	.573**	.539**	.527**	.578**	.522**	.208**	.726**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
S8	Pearson Correlation	.558**	.465**	.486**	.499**	.480**	.477**	.390**	1	.383**	.408**	.198**	.392**	.540**	.487**	.524**	.472**	.470**	.508**	.209**	.703**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.001	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
S9	Pearson Correlation	.419**	.336**	.393**	.430**	.370**	.642**	.535**	.383**	1	.387**	.310**	.512**	.471**	.546**	.443**	.637**	.478**	.448**	.167**	.703**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.004	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
S10	Pearson Correlation	.471**	.332**	.384**	.467**	.447**	.512**	.482**	.408**	.387**	1	.229**	.466**	.420**	.492**	.476**	.520**	.505**	.458**	.220**	.687**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
S11	Pearson Correlation	.011	.081	.115**	-.009	.067	.330**	.257**	.198**	.310**	.229**	1	.290**	.149**	.288**	.163**	.238**	.181**	.292**	.252**	.385**
	Sig. (2-tailed)		.847	.169	.050	.878	.250	.000	.001	.000	.000	.000	.000	.011	.000	.005	.000	.002	.000	.000	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
S12	Pearson Correlation	.411**	.372**	.384**	.422**	.336**	.480**	.419**	.392**	.512**	.466**	.290**	1	.271**	.487**	.431**	.513**	.401**	.442**	.333**	.666**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
S13	Pearson Correlation	.531**	.430**	.480**	.478**	.416**	.540**	.528**	.540**	.471**	.420**	.149**	.271**	1	.356**	.474**	.472**	.467**	.510**	.170**	.681**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.011	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.003	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
S14	Pearson Correlation	.441**	.361**	.381**	.417**	.381**	.600**	.573**	.487**	.546**	.492**	.288**	.487**	.356**	1	.384**	.577**	.585**	.549**	.188**	.718**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.001	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
S15	Pearson Correlation	.550**	.418**	.497**	.542**	.521**	.511**	.539**	.524**	.443**	.476**	.163**	.431**	.474**	.384**	1	.372**	.492**	.522**	.185**	.709**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.005	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.001	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
S16	Pearson Correlation	.486**	.383**	.425**	.451**	.398**	.616**	.527**	.472**	.637**	.520**	.238**	.513**	.472**	.577**	.372**	1	.417**	.520**	.151**	.721**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.010	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
S17	Pearson Correlation	.525**	.396**	.422**	.535**	.441**	.572**	.578**	.470**	.478**	.505**	.181**	.401**	.467**	.585**	.492**	.417**	1	.427**	.147**	.708**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.002	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.012	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
S18	Pearson Correlation	.496**	.421**	.476**	.489**	.388**	.549**	.522**	.508**	.448**	.458**	.292**	.442**	.510**	.549**	.522**	.520**	.427**	1	.118**	.719**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.043	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
S19	Pearson Correlation	.235**	.235**	.210**	.231**	.230**	.100	.208**	.209**	.167**	.220**	.252**	.333**	.170**	.188**	.185**	.151**	.147**	.118**	1	.380**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.089	.000	.000	.004	.000	.000	.000	.003	.001	.010	.012	.043	.043	.000	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292
V1	Pearson Correlation	.734**	.623**	.684**	.709**	.661**	.740**	.726**	.703**	.703**	.687**	.385**	.666**	.681**	.718**	.709**	.721**	.708**	.719**	.380**	1
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292	292

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Lampiran 6 Hasil Uji Reliabilitas Kecerdasan Emosional

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.924	22

Lampiran 7 Hasil Uji Reliabilitas Ide Bunuh Diri

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.925	19

Lampiran 8 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

			Unstandardized Residual
N			292
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000	
	Std. Deviation	5.34225423	
Most Extreme Differences	Absolute	.068	
	Positive	.068	
	Negative	-.040	
Test Statistic			.068
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c			.002
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^d	Sig.	.002	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.001
		Upper Bound	.003

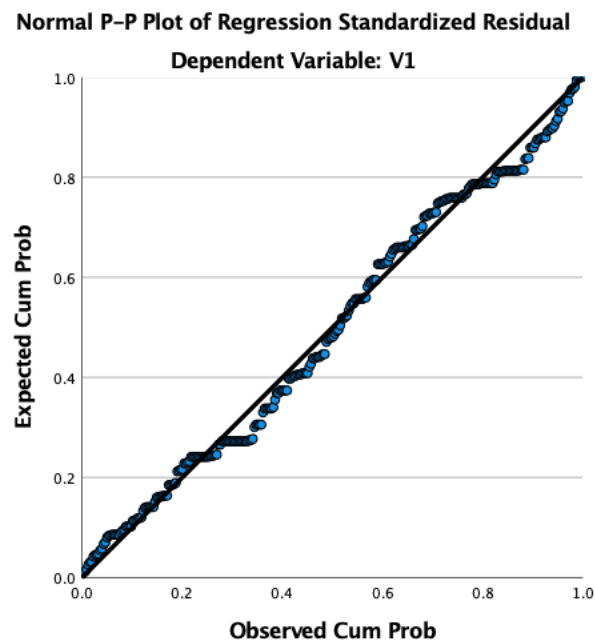
a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 624387341.

Lampiran 9 Plot P-P



Lampiran 10 Skewness & Kurtosis

Descriptive Statistics

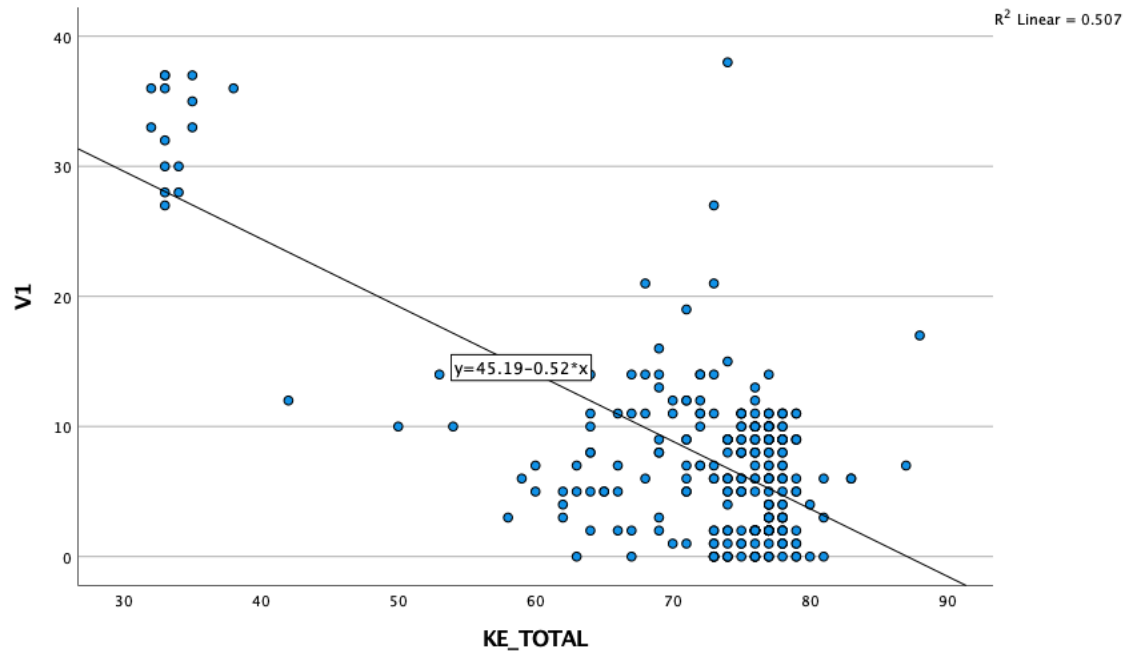
	N Statistic	Minimum Statistic	Maximum Statistic	Mean Statistic	Std. Deviation Statistic	Skewness		Kurtosis	
						Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
Unstandardized Residual	292	-12.50097	31.20654	.0000000	5.34225423	.860	.143	3.747	.284
Valid N (listwise)	292								

Lampiran 11 Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
V1 * KE_TOTAL	Between Groups	(Combined)	11020.801	34	324.141	14.260	.000
		Linearity	8557.593	1	8557.593	376.474	.000
		Deviation from Linearity	2463.208	33	74.643	3.284	.000
	Within Groups		5841.839	257	22.731		
	Total		16862.640	291			

Lampiran 12 Scatterplot Hasil Linearitas



Lampiran 13 Hasil Uji Regresi Sederhana

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	45.189	2.185		20.683	.000
	KE_TOTAL	-.519	.030	-.712	-17.286	.000

a. Dependent Variable: V1

Lampiran 14 Uji Koefisiensi Determinasi

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.712 ^a	.507	.506	5.351

a. Predictors: (Constant), KE_TOTAL

b. Dependent Variable: V1

Lampiran 15 Uji Korelasi Antar Aspek

		Correlations							
		MEAN_MED	MEAN_ME	MEAN_MD	MEAN_MEO	MEAN_MH	MEAN_ASD	MEAN_PSD	MEAN_PREP
MEAN_MED	Pearson Correlation	1	.634**	.651**	.747**	.704**	-.664**	-.564**	-.470**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292
MEAN_ME	Pearson Correlation	.634**	1	.670**	.674**	.659**	-.542**	-.512**	-.363**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292
MEAN_MD	Pearson Correlation	.651**	.670**	1	.756**	.711**	-.645**	-.582**	-.451**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292
MEAN_MEO	Pearson Correlation	.747**	.674**	.756**	1	.668**	-.636**	-.558**	-.442**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292
MEAN_MH	Pearson Correlation	.704**	.659**	.711**	.668**	1	-.639**	-.544**	-.451**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292
MEAN_ASD	Pearson Correlation	-.664**	-.542**	-.645**	-.636**	-.639**	1	.782**	.744**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292
MEAN_PSD	Pearson Correlation	-.564**	-.512**	-.582**	-.558**	-.544**	.782**	1	.633**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000
	N	292	292	292	292	292	292	292	292
MEAN_PREP	Pearson Correlation	-.470**	-.363**	-.451**	-.442**	-.451**	.744**	.633**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	
	N	292	292	292	292	292	292	292	292

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 16 Hasil Analisis Deskriptif

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
KE_TOTAL	292	32	88	72.04	10.451
V1	292	0	38	7.81	7.612
Valid N (listwise)	292				

Lampiran 17 Analisis Frekuensi

		frequency	percent	valid percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	24	8.2	8.2	8.2
	Sedang	264	90.4	90.4	98.6
	Tinggi	4	1.4	1.4	100.0
	Total	292	100.0	100.0	

SI KATEGORI

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	25	8.6	8.6	8.6
	Sedang	245	83.9	83.9	92.5
	Tinggi	22	7.5	7.5	100.0
	Total	292	100.0	100.0	