

**HUBUNGAN KUALITAS PERTEMANAN DENGAN IDE
BUNUH DIRI PADA MAHASISWA**

SKRIPSI



Oleh:

SYA'BAN ABDULLAH FIQRI

NIM. 220401110062

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

2026

**HUBUNGAN KUALITAS PERTEMANAN DENGAN IDE BUNUH DIRI
PADA MAHASISWA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh

Sya'ban Abdullah Fiqri

NIM:220401110062

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

2026

HUBUNGAN KUALITAS PERTEMANAN DENGAN IDE
BUNUH DIRI PADA MAHASISWA



SKRIPSI

oleh

Sya'ban Abdullah Fiqri

NIM. 220401110062

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Dosen Pembimbing 1 Aprilia Mega Rosdiana, M.Si NIP. 199004102020122004		12/ 2026 Maret
Dosen Pembimbing 2 Ali syahidin Mubarak, M.Si NIP. 199005262023211019		12/ 2026 Maret

Malang 13 Maret 2026
Mengetahui,
Ketua Program Studi

Fina Hidayati, M.A.
NIP. 198610092015032002

HUBUNGAN KUALITAS PERTEMANAN DENGAN IDE
BUNUH DIRI PADA MAHASISWA

SKRIPSI

Oleh
Sya'ban Abdullah Fiqri
NIM.220401110062

Telah diujikan dan dinyatakan LULUS oleh Dewan Penguji Skripsi dalam Majelis
Sidang Skripsi pada tanggal 2 Maret 2026

DEWAN PENGUJI SKRIPSI

Dewan Penguji	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Penguji Utama Dr. Tristiadi Ardi Ardani, M.si.Psi NIP. 197201181999031002		31/3 2026
Ketua Penguji Ali syahidin Mubarak, M.Si NIP. 199005262023211019		13/3 2026
Sekretaris Penguji Aprilia Mega Rosdiana, M.Si NIP. 199004102020122004		13/3 2026

Maklumi,
Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi

Prof. Dr. Siti Mahmudah, M.Si



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 :

HUBUNGAN KUALITAS PERTEMANAN DENGAN IDE BUNUH DIRI PADA MAHASISWA

Yang ditulis oleh :

Nama : Sya'ban Abdullah Fiqri
NIM : 220401110062
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, 12..... Maret..... 2026
Dosen Pembimbing I



Aprilia Mega Rosdiana, M.Si
NIP. 199004102020122004

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 :

HUBUNGAN KUALITAS PERTEMANAN DENGAN IDE BUNUH DIRI PADA MAHASISWA

Yang ditulis oleh :

Nama : Sya'ban Abdullah Fiqri
NIM : 220401110062
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, 12 Maret..... 2026
Dosen Pembimbing II



Ali syahidin Mubarak, M.Si
NIP. 199005262023211019

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sya'ban Abdullah Fiqri

NIM : 220401110062

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **Hubungan Kualitas Pertemanan dengan Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa**, adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika kemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggungjawab 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 mendapat sangsi.

Malang, 2026



Sya'ban Abdullah Fiqri
NIM: 220401110062

MOTTO

"Friendship is a single soul dwelling in two bodies."

"Persahabatan adalah satu jiwa yang tinggal dalam dua raga."

— *Aristotle, Nicomachean Ethics* —

PERSEMBAHAN

Dengan segala kerendahan, skripsi ini penulis persembahkan untuk:

1. Orangtua Tercinta

Sumber kehidupan, cinta pertama, dan alasan terbesar saya untuk terus berjuang. Terima kasih atas doa yang tak pernah putus, pengorbanan yang tak pernah dihitung, serta kasih sayang yang terus mengalir tanpa syarat. Segala nilai kehidupan yang saya pijak hari ini tumbuh dari didikan dan ketulusan kalian.

2. Keluarga tercinta

Tempat saya belajar arti kebersamaan, kesabaran, dan keteguhan. Terima kasih telah menjadi pelindung dalam setiap badai dan penyemangat dalam setiap langkah. Kehadiran kalian adalah kekuatan yang selalu mengingatkan saya bahwa saya tidak pernah berjalan sendiri.

3. Dosen pembimbing

Ibu Aprilia Mega Rosdiana, M.Si & Bapak Ali Syahidin Mubarak, M.Si yang dengan kesabaran dan ketulusan membimbing setiap proses perjalanan akademik ini. Terima kasih atas ilmu, arahan, dan kepercayaan yang diberikan hingga karya ini dapat terselesaikan dengan baik.

4. Ibu Sali Rahadi Asih, S.Psi., M.Psi., MGPPCC., Ph.D., Psikolog,

Dosen Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, pembimbing sekaligus sosok yang membuka jalan bagi saya untuk terlibat dalam penelitian kolaboratif yang menjadi fondasi lahirnya skripsi ini. Terima kasih atas kepercayaan, kesempatan, bimbingan, dan keteladanan akademik yang diberikan. Berkat beliau, seluruh proses penelitian hingga penyusunan skripsi ini dapat terlaksana dengan dukungan pendanaan langsung dari Universitas Indonesia. Kesempatan berharga ini menjadi pengalaman yang akan selalu saya jaga sebagai bagian penting dari perjalanan akademik saya.

5. Bapak Anwar Fu'ady, M.A

Dosen Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, pembimbing sekaligus sosok yang membuka kesempatan bagi saya untuk

terlibat sebagai asisten dalam program riset kolaboratif lintas kampus. Berkat beliau, seluruh proses penelitian hingga penyusunan skripsi ini dapat terlaksana dengan lancar.

6. Sahabat seperjuangan

Yang berbagi cerita, tawa, air mata, dan perjuangan tanpa henti. Terima kasih telah menjadi tempat bersandar ketika lelah datang dan menjadi pengingat bahwa setiap perjalanan terasa lebih ringan ketika dilalui bersama.

7. Tom dan anak-anaknya

Kucing kesayangan; teman kecil yang hadir di setiap malam panjang, di antara tumpukan catatan dan layar yang tak pernah benar-benar padam. Ia menjadi saksi bisu perjuangan, menemani saat lelah, duduk diam di dekat saya ketika revisi terasa tak berujung, dan dengan cara sederhana menghadirkan ketenangan yang tidak bisa digantikan apa pun. Dalam kebersamaan yang sunyi itu, ia ikut menjadi bagian dari perjalanan ini.

Terima kasih atas doa, cinta, dan kebersamaan yang menjadi cahaya dalam perjalanan ini. Semoga karya sederhana ini menjadi saksi bahwa setiap perjuangan selalu memiliki tujuan....

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa umat manusia dari zaman kegelapan menuju zaman yang penuh ilmu pengetahuan.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa banyak pihak yang telah memberikan bantuan, bimbingan, dukungan, dan doa sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Prof Dr Hj Ilfi Nur Diana M.Si, selaku Rektor UIN Malang
2. Ibu Prof. Siti Mahmudah, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Malang.
3. Ibu Fina Hidayati, M.A. , selaku Ketua Program Studi Psikologi UIN Malang.
4. Ibu Aprilia Mega Rosdiana, M.Si, dan Bapak Ali Syahidin Mubarak, M.Si selaku dosen pembimbing, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh dosen dan tenaga kependidikan di Fakultas Psikologi yang telah memberikan ilmu dan pengalaman selama masa perkuliahan
6. Kedua orang tua dan keluarga penulis yang selalu memberikan doa, dukungan, dan kasih sayang tanpa henti.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan bagi pihak yang membutuhkan.

Malang, 19 Februari 2026

Sya'ban Abdullah Fiqri

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
NOTA DINAS	iii
NOTA DINAS	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERNYATAAN	Error! Bookmark not defined.
MOTTO.....	vii
PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
LAMPIRAN.....	xvi
ABSTRAK	xvii
ABSTRACT.....	xviii
المُلخَص.....	xix
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II.....	10
KAJIAN TEORI.....	10
A. Ide Bunuh Diri	10
1. Pengertian Ide Bunuh Diri	10
2. Aspek Ide Bunuh Diri	12
3. Faktor-Faktor Ide Bunuh Diri	15
4. Dampak Ide Bunuh Diri	17
5. Pengukuran Ide Bunuh Diri	19
B. Kualitas Pertemanan	23

1.	Pengertian Kualitas Pertemanan	23
2.	Aspek Kualitas Pertemanan	26
3.	Faktor-Faktor Kualitas Pertemanan	29
4.	Pengukuran Kualitas Pertemanan	31
C.	Hubungan Kualitas Pertemanan Dengan Ide Bunuh Diri	34
D.	Hubungan Kualitas Pertemanan dan Ide Bunuh Diri Dalam Perspektif Islam	35
E.	Kerangka Konseptual	38
F.	Hipotesis Penelitian	38
BAB III.....		40
METODE PENELITIAN.....		40
A.	Desain Penelitian	40
B.	Identifikasi Variabel Penelitian	41
C.	Definisi Operasional.....	42
1.	Ide Bunuh Diri.....	42
2.	Kualitas Pertemanan.....	43
D.	Partisipan Penelitian.....	44
1.	Karakteristik Partisipan.....	44
2.	Jumlah Sampel	45
3.	Teknik Pengambilan Sampel.....	48
E.	Alat Pengumpul Data.....	49
1.	Alat ukur SBQ-R (Suicidal Behaviors Questionnaire-Revised)	49
2.	Alat ukur MFQ-FF (<i>McGill Friendship Questionnaire-Friend's</i>)	51
F.	Teknik Analisis Data.....	53
1.	Analisis deskriptif	53
2.	Uji normalitas.....	54
3.	Uji hipotesis	54
BAB IV		56
HASIL DAN PEMBAHASAN.....		56
A.	Pelaksanaan Penelitian	56
1.	Gambaran Lokasi Penelitian	56
2.	Waktu dan Tempat Penelitian	57

B. Hasil Penelitian	57
1. Analisis Deskriptif	57
2. Uji Normalitas.....	77
3. Uji Hipotesis.....	78
4. Analisis Hubungan Per Aspek	79
5. Analisis Hubungan Dengan Aspek Terkuat.....	83
C. Pembahasan	86
1. Hubungan kualitas pertemanan dengan ide bunuh diri	86
2. Hubungan Aspek Kualitas Pertemanan Dengan Ide Bunuh Diri	109
3. Aspek Kualitas Pertemanan Dengan Hubungan Protektif Terkuat.....	113
BAB V.....	120
PENUTUP.....	120
A. KESIMPULAN	120
B. SARAN	121
DAFTAR PUSTAKA	125

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Interpretasi Psikologis Ayat QS. Al-Hujurat: 10–11	36
Tabel 3.1 Responden Penelitian	47
Tabel 4.1 Statistik Deskriptif Variabel Kualitas Pertemanan	58
Tabel 4.2 Kategorisasi Skor Kualitas Pertemanan	59
Tabel 4.3 Distribusi Kategori Kualitas Pertemanan	59
Tabel 4.4 Statistik Deskriptif Per Aspek	61
Tabel 4.5 Statistik Deskriptif Stimulating companionship	62
Tabel 4.6 Statistik Deskriptif Help	64
Tabel 4.7 Statistik Deskriptif Intimacy	66
Tabel 4.8 Statistik Deskriptif Reliable Alliance	67
Tabel 4.9 Statistik Deskriptif Self-Validation	69
Tabel 4.10 Statistik Deskriptif Emotional Security	71
Tabel 4.11 Statistik Deskriptif Variabel Risiko Ide Bunuh Diri	73
Tabel 4. 12 Kategori skor SBQ-R	75
Tabel 4.13 Uji normalitas	77
Tabel 4.14 Uji Hipotesis	78
Tabel 4.15 Hasil Uji Korelasi Spearman Per Aspek Kualitas Pertemanan dengan Risiko Ide Bunuh Diri	79
Tabel 4. 16 Hasil Uji Korelasi Spearman Per Aspek Terkuat Kualitas Pertemanan dengan Risiko Ide Bunuh Diri	83

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual	38
Gambar 4.1 Distribusi Kualitas Pertemanan.....	60
Gambar 4. 2 Statistik Stimulating Companionship	63
Gambar 4. 3 Statistik Help	65
Gambar 4.4 Statistik Intimacy	67
Gambar 4.5 Statistik Reliable Alliance.....	Error! Bookmark not defined.
Gambar 4. 6 Statistik Self-Validation.....	70
Gambar 4.7 Statistik Emotional Security.....	72
Gambar 4.8 Statistik Suicidal Ideation.....	76

LAMPIRAN

Lampiran 3.1 Tabel Penentuan Sample Isaac dan Michael.....	46
Lampiran 3.2 Blueprint Alat ukur SBQ-R.....	49
Lampiran 3.3 Blueprint Alat ukur MFQ-FF	51

ABSTRAK

Sya'ban Abdullah Fiqri, 2204011110062, Hubungan Kualitas Pertemanan dengan Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa, *Skripsi*, Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. 2022

Ide bunuh diri merupakan permasalahan kesehatan mental serius di kalangan mahasiswa dengan prevalensi global mencapai 10–12%. Di Indonesia, kasus bunuh diri meningkat 60% dalam lima tahun terakhir, dengan 47,7% korban berada pada rentang usia 10–39 tahun yang mencakup populasi mahasiswa, termasuk di Kota Malang. Kualitas pertemanan diidentifikasi sebagai faktor protektif penting, namun pemahaman mengenai dimensi yang berperan paling kuat masih terbatas. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi hubungan kualitas pertemanan dengan ide bunuh diri pada mahasiswa, menganalisis dimensi protektif terkuat, serta memberikan rekomendasi pencegahan berbasis bukti di lingkungan kampus.

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Partisipan berjumlah 664 mahasiswa S1 aktif di Kota Malang yang dipilih melalui *Accidental Sampling*. Instrumen penelitian meliputi Suicide Behaviors Questionnaire-Revised (SBQ-R) untuk mengukur risiko ide bunuh diri dan McGill Friendship Questionnaire-Friend's Functions (MFQ-FF) untuk mengukur kualitas pertemanan yang mencakup enam dimensi. Analisis data menggunakan statistik deskriptif dan uji korelasi Spearman's rho dengan bantuan SPSS versi 26.

Hasil menunjukkan hubungan negatif yang sangat kuat dan signifikan antara kualitas pertemanan dengan risiko ide bunuh diri pada mahasiswa ($r_s = -.655$, $p < .001$). Mayoritas mahasiswa memiliki kualitas pertemanan tinggi (83,9%), sementara 6,3% berada pada kategori risiko tinggi ide bunuh diri. Seluruh dimensi pertemanan memiliki hubungan negatif kuat, dengan stimulating companionship sebagai faktor protektif terkuat, diikuti intimacy dan reliable alliance, yang menunjukkan bahwa keterlibatan dalam aktivitas sosial yang menyenangkan berperan penting dalam perlindungan psikologis melalui regulasi emosi dan peningkatan kesejahteraan subjektif. Temuan ini mendukung Interpersonal-Psychological Theory of Suicide yang menekankan pentingnya koneksi sosial bermakna, sehingga perguruan tinggi perlu mengembangkan program sistematis untuk memperkuat relasi sosial mahasiswa melalui kegiatan kemahasiswaan, ruang interaksi, skrining berkala, serta layanan konseling yang mudah diakses.

Kata Kunci: Kualitas Pertemanan, Ide Bunuh Diri, Mahasiswa

ABSTRACT

Sya'ban Abdullah Fiqri, 2204011110062, The Relationship Between Friendship Quality and Suicidal Ideation Among Students, Thesis, Faculty of Psychology, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. 2022

Suicidal ideation is a serious mental health problem among students, with a global prevalence of 10–12%. In Indonesia, suicide cases have increased by 60% in the last five years, with 47.7% of victims aged 10–39 years, which includes the student population, including in the city of Malang. The quality of friendship has been identified as an important protective factor, but understanding of the dimensions that play the strongest role is still limited. This study aims to identify the relationship between friendship quality and suicidal ideation among students, analyze the strongest protective dimensions, and provide evidence-based prevention recommendations in the campus environment.

The study used a quantitative approach with a correlational design. Participants consisted of 664 active undergraduate students in Malang City who were selected through convenience sampling. The research instruments included the Suicide Behaviors Questionnaire-Revised (SBQ-R) to measure the risk of suicidal ideation and the McGill Friendship Questionnaire-Friend's Functions (MFQ-FF) to measure the quality of friendship, which covers six dimensions. Data analysis used descriptive statistics and Spearman's rho correlation test with the help of SPSS version 26.

The results showed a very strong and significant negative relationship between friendship quality and the risk of suicidal ideation among students ($r_s = -.655, p < .001$). The majority of students had high-quality friendships (83.9%), while 6.3% were in the high-risk category for suicidal ideation. All dimensions of friendship had a strong negative relationship, with stimulating companionship as the strongest protective factor, followed by intimacy and reliable alliance, indicating that involvement in enjoyable social activities plays an important role in psychological protection through emotional regulation and increased subjective well-being. These findings support the Interpersonal-Psychological Theory of Suicide, which emphasizes the importance of meaningful social connections. Therefore, universities need to develop systematic programs to strengthen students' social relationships through student activities, interaction spaces, periodic screening, and easily accessible counseling services.

Keywords: Friendship Quality, Suicidal Ideation, Students

المخلص

شعبان عبد الله فقري، 2204011110062، العلاقة بين جودة الصداقة والأفكار الانتحارية بين طلاب الجامعات، أطروحة، كلية علم النفس، جامعة مولانا مالك إبراهيم مالانج. 2022

تعد الأفكار الانتحارية مشكلة صحية عقلية خطيرة بين طلاب الجامعات، حيث تبلغ نسبة انتشارها عالمياً 10-12٪. في إندونيسيا، زادت حالات الانتحار بنسبة 60٪ في السنوات الخمس الماضية، حيث تبلغ أعمار 47.7٪ من الضحايا 10-39 عاماً، بما في ذلك الطلاب، بما في ذلك في مدينة مالانج. تم تحديد جودة الصداقة كعامل وقائي مهم، ولكن فهم الأبعاد التي تلعب الدور الأقوى لا يزال محدوداً. تهدف هذه الدراسة إلى تحديد العلاقة بين جودة الصداقة والأفكار الانتحارية بين الطلاب، وتحليل الأبعاد الوقائية الأقوى، وتقديم توصيات وقائية قائمة على الأدلة في بيئة الحرم الجامعي.

استخدمت الدراسة نهجاً كمياً بتصميم ارتباطي. تألف المشاركون من 664 طالباً جامعياً نشطاً في مدينة مالانج (SBQ-R) تم اختيارهم من خلال عينة ملائمة. تضمنت أدوات البحث استبيان السلوكيات الانتحارية المعدل لقياس جودة (MFQ-FF) لقياس خطر الأفكار الانتحارية واستبيان الصداقة ماكجيل - وظائف الصداقة، والذي يغطي ستة أبعاد. استخدم تحليل البيانات الإحصاء الوصفي واختبار ارتباط رو سبيرمان الإصدار SPSS 26 بمساعدة.

أظهرت النتائج وجود علاقة سلبية قوية وهامة للغاية بين جودة الصداقة وخطر التفكير في الانتحار بين كان لدى غالبية الطلاب صداقات عالية الجودة (83.9٪)، بينما كان ($rs = -.655, p < .001$). الطلاب 6.3٪ في فئة الخطر العالي للتفكير في الانتحار. كانت جميع أبعاد الصداقة ذات علاقة سلبية قوية، حيث كانت الرفقة المحفزة هي أقوى عامل وقائي، تليها الحميمية والتحالف الموثوق، مما يشير إلى أن المشاركة في الأنشطة الاجتماعية الممتعة تلعب دوراً مهماً في الحماية النفسية من خلال التنظيم العاطفي وزيادة الرفاهية الذاتية. تدعم هذه النتائج النظرية النفسية الشخصية للانتحار، التي تؤكد على أهمية العلاقات الاجتماعية الهادفة. لذلك، تحتاج الجامعات إلى تطوير برامج منهجية لتعزيز العلاقات الاجتماعية للطلاب من خلال الأنشطة الطلابية، ومساحات التفاعل، والفحص الدوري، وخدمات الاستشارة التي يسهل الوصول إليها.

الكلمات المفتاحية: جودة الصداقة، الأفكار الانتحارية، الطلاب

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bunuh diri telah menjadi permasalahan kesehatan mental global yang memprihatinkan, dengan dampak yang meluas pada individu, keluarga, dan komunitas di seluruh dunia. Menurut data laporan *World Health Organization* (World Health Organization, 2025), lebih dari 720.000 kasus meninggal akibat bunuh diri setiap tahunnya, hal tersebut menjadikannya salah satu penyebab utama kematian di seluruh dunia. Yang lebih mengkhawatirkan, bunuh diri merupakan penyebab kematian ke-empat tertinggi di kalangan usia 15-29 tahun secara global. Data statistik nasional di berbagai negara turut mengonfirmasi tren yang mengkhawatirkan ini, dengan peningkatan signifikan terutama sejak pandemi COVID-19. Dampak psikososial dari pandemi, isolasi sosial, dan tekanan ekonomi telah berkontribusi pada meningkatnya kerentanan, terutama di kalangan remaja dan dewasa muda. Meskipun upaya pencegahan telah dilaksanakan di banyak negara, kesenjangan dalam akses layanan kesehatan mental, stigma sosial, dan kurangnya kesadaran masyarakat masih menjadi tantangan besar dalam mengatasi krisis ini. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan menyeluruh yang melibatkan berbagai elemen serta pihak berwenang untuk mengatasi isu bunuh diri secara efektif.

Di Indonesia, masalah bunuh diri juga menunjukkan tren yang mengkhawatirkan, dengan kasus meningkat sebesar 60% dalam lima tahun terakhir, dari 640 kasus pada tahun 2020 menjadi 1.288 kasus pada tahun 2023 (GoodStats, 2024). Data Sistem Registrasi Sampel mengungkapkan bahwa 47,7% korban bunuh diri berada dalam rentang usia 10-39 tahun, yang meliputi pelajar dan kaum muda produktif (K. K. R. Indonesia, 2021). Kondisi ini diperparah oleh terbatasnya akses terhadap layanan kesehatan mental, stigma sosial yang kuat, dan kekurangan tenaga profesional dengan rasio psikiater terhadap penduduk hanya 1:223.587, jauh di bawah standar

Organisasi Kesehatan Dunia yaitu 1:30.000 (Kebudayaan, 2021).

Mahasiswa sebagai populasi khusus menghadapi kerentanan signifikan dengan ide bunuh diri karena berada dalam periode transisi hidup yang kompleks dan penuh tekanan. Studi dari hasil penelitian *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) menunjukkan bahwa sekitar 11% mahasiswa berusia 18-25 tahun melaporkan pernah memiliki pemikiran serius untuk bunuh diri dalam 12 bulan terakhir, angka yang mengkhawatirkan dalam konteks kesehatan mental kampus (NCHS, 2023). Mahasiswa tidak hanya menghadapi tekanan akademik yang intens seperti ujian, tugas dengan tenggat waktu ketat, dan ekspektasi prestasi tinggi tetapi juga harus mengelola tuntutan sosial, finansial, serta pencarian identitas dan kemandirian.

Penelitian dari *Journal of College Student Psychotherapy* mengungkapkan peningkatan prevalensi gangguan mental di kalangan mahasiswa selama dekade terakhir, dengan depresi meningkat 135% dan kecemasan 110% sejak 2013. Lebih mengkhawatirkan lagi, National Institute of Mental Health melaporkan bahwa bunuh diri merupakan penyebab kematian kedua tertinggi pada kelompok usia 18-24 tahun di Amerika Serikat (Liu et al., 2023).

Ide bunuh diri merupakan tahap awal yang kritis dalam spektrum perilaku suicidal dan sering mendahului upaya atau tindakan bunuh diri aktual, menjadikannya titik intervensi penting dalam pencegahan. Menurut model *Interpersonal-Psychological Theory of Suicide* yang dijelaskan oleh Van Orden et al. (Van Orden et al., 2010), ide bunuh diri umumnya muncul sebagai hasil interaksi kompleks antara perasaan menjadi beban bagi orang lain (*perceived burdensomeness*) dan rasa terputus dari lingkungan sosial (*thwarted belongingness*). Studi longitudinal mengungkapkan bahwa individu dengan ide bunuh diri persisten memiliki risiko tinggi untuk berlanjut ke upaya bunuh diri, menekankan pentingnya deteksi dan intervensi dini (Guo et al., 2023). Penelitian terbaru mengidentifikasi faktor-faktor risiko utama ide bunuh diri termasuk isolasi sosial, gangguan

kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan, trauma, perasaan putus asa, dan rendahnya dukungan sosial (Wang et al., 2023). Dalam konteks penelitian tentang pengaruh kualitas pertemanan, penting untuk dipahami bahwa hubungan pertemanan yang berkualitas tinggi dapat menghalangi perkembangan ide bunuh diri dengan menyediakan dukungan emosional, mengurangi perasaan terisolasi, dan meningkatkan rasa memiliki serta harga diri, yang kesemuanya merupakan faktor protektif yang signifikan terhadap pemikiran suicidal (Bakken et al., 2025).

Ketika mahasiswa menghadapi tekanan akademik, krisis identitas, atau konflik interpersonal, pertemanan berkualitas tinggi memberikan ruang aman untuk berbagi kekhawatiran, mendapatkan perspektif alternatif, dan merasa dihargai serta dipahami (Hefner & Eisenberg, 2009). Sebaliknya, hubungan pertemanan yang bermasalah atau ketiadaan koneksi sosial yang bermakna dapat memperburuk perasaan kesepian dan keterisolasian, yang merupakan prediktor kuat bagi munculnya pikiran suicidal. Penting untuk dicatat bahwa pertemanan tidak hanya berfungsi sebagai sistem pendukung pasif, tetapi juga sebagai agen aktif yang dapat mengidentifikasi perubahan perilaku, mendorong pencarian bantuan profesional, dan menciptakan lingkungan yang menormalisasi diskusi terbuka tentang kesulitan mental yang dihadapi mahasiswa (Ebert et al., 2019).

Kualitas pertemanan merupakan faktor determinan yang jauh lebih signifikan dibandingkan kuantitas dalam konteks pengaruhnya terhadap kesehatan mental mahasiswa. Penelitian dari Stice mengungkapkan bahwa kualitas pertemanan yang ditandai oleh kedekatan emosional, tingkat kepercayaan yang tinggi, penerimaan tanpa syarat, serta empati yang tulus secara signifikan meningkatkan rasa memiliki (*sense of belonging*) dan secara substansial mengurangi perasaan keterasingan yang sering menjadi pemicu ideasi bunuh diri (Stice et al., 2004). Proses berbagi pemikiran dan perasaan dalam konteks pertemanan yang aman memungkinkan terjadinya validasi emosional dan normalisasi pengalaman negatif, sehingga mengurangi potensi isolasi kognitif yang sering menjadi precursor ideasi

suisidal (Drum et al., 2009).

Sebaliknya, hubungan pertemanan yang dangkal, ditandai dengan minimnya keterlibatan emosional, kerap dipenuhi konflik, atau bahkan bersifat toksik justru dapat menjadi katalisator bagi memburuknya kondisi kesehatan mental mahasiswa. sebagaimana dibuktikan dalam penelitian Mortier et al. yang menemukan korelasi positif antara kualitas pertemanan yang rendah dengan peningkatan gejala depresi, kecemasan, dan pikiran untuk mengakhiri hidup pada populasi mahasiswa (Mortier et al., 2018). Temuan-temuan ini menegaskan pentingnya intervensi psikososial yang berorientasi pada peningkatan kualitas, bukan hanya kuantitas, hubungan pertemanan di lingkungan kampus sebagai strategi prevensi terhadap risiko bunuh diri di kalangan mahasiswa.

Kasus bunuh diri di Kota Malang terus terjadi dan menjadi perhatian serius bagi masyarakat dan pihak terkait. Meskipun angka pasti sering kali sulit diperoleh secara akurat, kenyataannya insiden ini menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental di Kota Malang masih merupakan tantangan besar yang perlu mendapatkan perhatian lebih. Berbagai faktor seperti tekanan akademik, masalah pribadi, dan kurangnya dukungan sosial diyakini berkontribusi terhadap munculnya ide bunuh diri. Hal yang menjadi perhatian khusus yaitu sebagian besar kasus bunuh diri di Kota Malang terjadi di kalangan mahasiswa, yang menghadapi beban akademik dan tantangan kehidupan yang cukup berat selama masa studi. Kondisi ini menegaskan pentingnya pemahaman mendalam tentang faktor-faktor sosial dan psikologis yang mempengaruhi risiko tersebut, khususnya dalam konteks hubungan pertemanan dan lingkungan sosial mahasiswa yang dapat berperan sebagai pelindung maupun pemicu risiko kesehatan mental mereka.

Teori psikologis tentang bunuh diri menawarkan kerangka konseptual yang komprehensif untuk memahami mekanisme perlindungan yang dihadirkan oleh kualitas pertemanan dalam konteks kesehatan mental mahasiswa. *Interpersonal Theory of Suicide (ITS)* yang dikembangkan oleh

Joiner dan kemudian diperluas oleh Van Orden mengidentifikasi dua konstruk interpersonal krusial yang mendasari perkembangan ide bunuh diri: *thwarted belongingness* (rasa memiliki yang terhambat) dan *perceived burdensomeness* (persepsi diri sebagai beban) (Van Orden et al., 2010). Ketika mahasiswa mengalami *thwarted belongingness* kondisi dimana mereka merasa terasing, tidak memiliki koneksi bermakna, atau tidak terintegrasi dalam jaringan sosial mereka mengalami defisit pada kebutuhan psikologis dasar untuk terhubung dengan orang lain, yang meningkatkan kerentanan terhadap ideasi suicidal.

Serupa dengan itu, *perceived burdensomeness* mencerminkan keyakinan maladaptif bahwa keberadaan diri justru menyulitkan atau memberatkan orang lain, yang menciptakan persepsi bahwa "kematian lebih baik daripada hidup" bagi individu dan lingkungan sosialnya (Van Orden et al., 2008). Studi ekstensif oleh Barzilay et al. mendemonstrasikan bagaimana kualitas pertemanan yang tinggi berperan sebagai faktor protektif yang secara signifikan mengurangi kedua konstruk tersebut, dimana hubungan pertemanan yang ditandai dengan penerimaan, validasi, dan dukungan emosional menyediakan bukti eksperiensial yang mendisconfirm perasaan keterasingan dan beban (Barzilay et al., 2015). Lebih jauh, penelitian longitudinal oleh Kleiman et al. mengungkapkan bahwa kualitas pertemanan lebih dari sekedar kuantitas kontak sosial memfasilitasi integrasi sosial mahasiswa dan mengkatalisis perkembangan rasa memiliki yang otentik, yang merupakan antitesis dari *thwarted belongingness* (Kleiman et al., 2013).

Temuan dari Miller menegaskan bahwa pertemanan berkualitas tinggi secara unik berkontribusi terhadap pengurangan *perceived burdensomeness* melalui komunikasi eksplisit tentang nilai dan kontribusi positif yang diberikan mahasiswa kepada kelompok sebayanya, serta melalui pertukaran dukungan sosial yang resiprokal yang menyangkal persepsi bahwa seseorang hanya "mengambil" tanpa "memberi" dalam relasi interpersonalnya (Miller et al., 2015). Hal ini sejalan dengan *Self-*

Determination Theory yang dikemukakan Ryan & Deci (Deci, 2019), yang menekankan peran pemenuhan kebutuhan psikologis dasar khususnya kebutuhan akan *relatedness* (keterhubungan) dalam memfasilitasi kesejahteraan psikologis dan mencegah perkembangan gangguan mental. Penelitian Ribeiro (2018) menambahkan aspek neurobiologis dengan mengungkapkan bahwa kualitas pertemanan yang memadai mempengaruhi sistem pengaturan stres, termasuk produksi oxytocin dan regulasi HPA axis, yang memiliki implikasi langsung terhadap ketahanan psikologis dan pengurangan risiko suisidal.

Temuan empiris mengenai pengaruh kualitas hubungan pertemanan terhadap ide bunuh diri telah ditunjukkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Tandiono, Dewi, dan Soekinto (2020). Penelitian tersebut menguji peran kualitas hubungan pertemanan dan keberfungsian keluarga terhadap ide bunuh diri pada remaja korban perundungan dengan melibatkan 748 partisipan berusia 13–19 tahun. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa kualitas hubungan pertemanan bersama dengan keberfungsian keluarga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap ide bunuh diri ($R^2 = 0,164$; $p < 0,01$). Temuan ini mengindikasikan bahwa dinamika hubungan pertemanan merupakan salah satu faktor psikososial yang berkaitan dengan munculnya ide bunuh diri pada individu, sehingga kualitas pertemanan menjadi variabel yang relevan untuk diteliti lebih lanjut dalam konteks risiko ide bunuh diri.

Meneliti pengaruh kualitas pertemanan terhadap ide bunuh diri di kalangan mahasiswa merupakan kebutuhan mendesak dalam upaya pencegahan bunuh diri berbasis bukti ilmiah. Meskipun beberapa studi seperti yang dilakukan oleh Wilcox (2010) telah mengidentifikasi hubungan positif antara dukungan sosial dan kesehatan mental, masih terdapat kesenjangan signifikan dalam pemahaman spesifik tentang bagaimana berbagai aspek kualitas pertemanan seperti kedekatan emosional, konflik, dukungan, dan kepercayaan memengaruhi perkembangan atau penghambatan ide bunuh diri pada populasi mahasiswa. Penelitian longitudinal oleh Mackin (2017) menunjukkan bahwa intervensi

yang memperkuat koneksi sosial dapat mengurangi risiko bunuh diri hingga 30%, namun mekanisme spesifik yang mendasari efektivitas ini belum sepenuhnya dipahami. Studi komprehensif tentang kualitas pertemanan tidak hanya akan memperluas landasan teoretis untuk memahami faktor protektif terhadap ide bunuh diri, tetapi juga dapat diterjemahkan menjadi intervensi berbasis bukti yang diterapkan dalam konteks kampus. Intervensi semacam ini sangat diperlukan mengingat temuan yang mengungkapkan bahwa hanya 25% mahasiswa yang mengalami masalah kesehatan mental mencari bantuan profesional, sementara dukungan dari teman sebaya sering menjadi sumber pertolongan pertama (Eisenberg et al., 2013). Dalam konteks ini, kualitas pertemanan menjadi faktor krusial, sebab penelitian terbaru menunjukkan bahwa mahasiswa dengan jaringan pertemanan yang suportif dan berkualitas tinggi memiliki ketahanan mental yang lebih baik dan risiko ide bunuh diri yang lebih rendah, bahkan di tengah tekanan akademik dan kehidupan yang berat.

Dengan demikian, hasil dari penelitian ini dapat menjadi dasar kuat untuk mengembangkan program pencegahan bunuh diri terintegrasi yang memanfaatkan kekuatan jaringan pertemanan sebagai mekanisme perlindungan sosial di lingkungan akademik serta atas dasar penjelasan diatas inilah yang melatarbelakangi penulis untuk melakukan penelitian mengenai hubungan kualitas pertemanan dengan ide bunuh diri.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, permasalahan yang akan dijawab dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat hubungan antara kualitas pertemanan dengan tingkat ide bunuh diri pada mahasiswa?
2. Bagaimana hubungan berbagai aspek pada kualitas pertemanan dengan risiko ide bunuh diri pada mahasiswa?
3. Aspek apa yang menunjukkan hubungan paling kuat sebagai faktor protektif terhadap ide bunuh diri pada mahasiswa?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Mengidentifikasi hubungan antara kualitas pertemanan dengan tingkat ide bunuh diri pada mahasiswa.
2. Menganalisis aspek-aspek spesifik dalam kualitas pertemanan (dukungan emosional, kepercayaan, kedekatan, konflik, dan frekuensi interaksi) yang memiliki hubungan paling kuat sebagai faktor protektif terhadap ide bunuh diri pada mahasiswa.
3. Menyelidiki mekanisme psikologis yang mendasari bagaimana hubungan kualitas pertemanan dengan ide bunuh diri, serta memberikan rekomendasi berbasis bukti untuk pengembangan program intervensi pencegahan bunuh diri di lingkungan kampus.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pemahaman tentang mekanisme yang menghubungkan kualitas hubungan interpersonal dengan risiko suicidal ideation, serta memperluas model teoretis pencegahan bunuh diri dengan mengintegrasikan perspektif psikososial ke dalam pendekatan yang selama ini lebih berfokus pada faktor intrapersonal.

2. Secara Praktis

Hasil penelitian dapat menjadi dasar pengembangan program intervensi berbasis komunitas di kampus yang memanfaatkan jaringan pertemanan sebagai strategi pencegahan bunuh diri. Informasi mengenai aspek kualitas pertemanan yang paling berpengaruh dapat membantu konselor dan psikolog kampus merancang program pendampingan yang lebih efektif. Bagi institusi pendidikan tinggi, penelitian ini dapat menjadi acuan dalam mengembangkan kebijakan yang mendorong iklim sosial suportif. Selain itu, hasil penelitian dapat menjadi sumber informasi bagi mahasiswa untuk memahami pentingnya membangun dan memelihara pertemanan berkualitas

sebagai faktor protektif kesehatan mental dalam menghadapi tekanan akademik dan tantangan kehidupan kampus.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Ide Bunuh Diri

1. Pengertian Ide Bunuh Diri

Ide bunuh diri adalah pikiran atau dorongan yang muncul dalam diri seseorang untuk mengakhiri hidupnya, baik dalam bentuk keinginan yang samar maupun rencana yang matang. Kondisi ini biasanya disertai dengan perasaan putus asa, kehilangan harapan, dan keyakinan bahwa hidup tidak lagi bermakna. Ide bunuh diri dapat muncul akibat tekanan psikologis yang berat, stres berkepanjangan, depresi, dan kurangnya dukungan sosial dari lingkungan. Jika tidak segera ditangani, ide bunuh diri dapat berkembang menjadi upaya bunuh diri yang sebenarnya, sehingga deteksi dan intervensi dini sangat penting (Andriessen, 2006).

Pengertian ide bunuh diri adalah topik yang kompleks dan memerlukan pemahaman yang mendalam terhadap berbagai faktor yang mempengaruhi individu. Definisi ide bunuh diri dapat bervariasi berdasarkan panduan dari beberapa ahli dan hasil penelitian yang ada. Secara umum, ide bunuh diri merujuk pada pemikiran atau keinginan untuk mengakhiri hidup seseorang, yang sering kali berhubungan erat dengan masalah kesehatan mental, situasi sosial, dan emosi negatif. Menurut Beck et al., ide bunuh diri dapat dianggap sebagai langkah awal yang penting dalam memprediksi perilaku bunuh diri yang lebih serius di masa depan, sehingga pengukuran dan penilaian terhadap ide bunuh diri menjadi sangat penting dalam intervensi psikologis (Kesuma et al., 2021).

Menggali lebih dalam, Meyer dkk. mengidentifikasi berbagai faktor individu yang dapat berkontribusi terhadap munculnya ide bunuh diri, seperti kesehatan fisik yang buruk, gangguan mental, dan isolasi sosial (Meyer et al., 2003). Dalam penelitian mereka, ditemukan bahwa orang yang pernah mencoba melakukan bunuh diri memiliki

kemungkinan lebih tinggi untuk mengalami ide bunuh diri di masa mendatang. Hasil ini menunjukkan bahwa pengalaman sebelumnya dengan percobaan bunuh diri tidak hanya dapat menjadi indikator risiko, melainkan juga pentingnya perhatian dan dukungan sosial bagi individu yang berjuang dengan pikiran tersebut (Meyer et al., 2003).

Lemstra dkk. Menyoroti bahwa suasana hati yang depresi secara signifikan meningkatkan risiko orang untuk memiliki ide bunuh diri, dengan rasio risiko yang meningkat hingga tiga kali lipat (Lemstra et al., 2013). Temuan ini konsisten dengan banyak literatur yang menunjukkan bahwa depresi bersifat mendasar dalam banyak kasus ide bunuh diri. Pentingnya pengenalan dan penanganan depresi sebagai langkah awal untuk mencegah ide bunuh diri, terutama di kalangan remaja dan dewasa muda yang rentan (Riziana et al., 2023).

Ribeiro dkk. Menegaskan bahwa pengalaman sebelumnya dengan perilaku menyakiti diri sendiri juga erat dengan munculnya pikiran untuk bunuh diri (Ribeiro et al., 2016). Mereka mencatat bahwa individu yang terlibat dalam perilaku ini lebih mungkin mengalami pikiran dan rencana bunuh diri, menunjukkan bahwa keterlibatan dalam tindakan yang merusak diri sendiri dapat memicu pikiran bunuh diri. Hal ini menunjukkan perlunya pendekatan pencegahan yang komprehensif, termasuk pendidikan awal di lingkungan risiko tinggi seperti sekolah dan pengaturan komunitas (Nurasmi et al., 2024).

Dalam konteks romantis dan interpersonal, hasil penelitian Mutiara dan Ariana menunjukkan bahwa gaya konflik dalam hubungan dapat mempengaruhi munculnya ide bunuh diri (Mutiara & Ariana, 2022). Dalam analisis terhadap responden, mereka menemukan bahwa individu yang mengalami hubungan romantis yang buruk sering kali melaporkan bahwa mereka lebih sering mengalami ide bunuh diri, membuktikan bahwa hubungan sosial memiliki kontribusi penting terhadap kesehatan mental individu.

Darmayanti et al., (2022) menambahkan pada pemahaman kita

tentang kesehatan mental dengan meneliti hubungan antara tingkat depresi dan ide bunuh diri pada mahasiswa. Penelitian menunjukkan bahwa Mahasiswa dengan depresi berat menunjukkan frekuensi ide bunuh diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan rekan-rekan mereka yang memiliki tingkat depresi normal. Ini memberikan pentingnya perhatian tambahan terhadap kesehatan mental pelajar, terutama untuk mendukung mereka yang berjuang dengan kondisi ini (Febrianti & Husniawati, 2021).

Fazel et al., (2020) dalam penelitiannya meliputi kajian komprehensif mereka menjelaskan bahwa ide bunuh diri muncul dari interaksi kompleks faktor psikologis, biologis, lingkungan, dan budaya. Mereka menggunakan *framework ideation-to-action* yang berfokus pada pemahaman bagaimana individu berkembang dari mengontemplasi bunuh diri hingga mencoba, mengakui bahwa pikiran bunuh diri dan percobaan adalah perilaku yang terkait namun terpisah. Faktor kritis dalam transisi dari ideasi ke tindakan adalah '*capability*' individu untuk bunuh diri, yang mencakup berbagai elemen yang memungkinkan seseorang melakukan percobaan bunuh diri. Pendekatan ini menekankan pentingnya memahami tidak hanya keberadaan ide bunuh diri, tetapi juga faktor-faktor yang dapat memfasilitasi atau menghambat transisi dari pikiran ke tindakan.

Berdasarkan pengertian tersebut, ide bunuh diri adalah hasil interaksi kompleks antara faktor psikologis, emosional, dan sosial yang dihadapi individu. Pendekatan holistik yang melibatkan pendidikan, interaksi sosial, dan dukungan emosional sangatlah penting untuk mengurangi dan mencegah ide bunuh diri dalam populasi rentan.

2. Aspek Ide Bunuh Diri

Suicide Behaviors Questionnaire-Revised (SBQ-R) merupakan instrumen yang dirancang untuk menilai berbagai aspek yang berkaitan dengan ide bunuh diri dan perilaku bunuh diri. Dalam konteks ini, SBQ-R fokus pada empat item utama yang menggambarkan pengalaman

individu terkait ide bunuh diri, yang mencakup pengalaman seumur hidup, frekuensi ide bunuh diri dalam tahun terakhir, ancaman bunuh diri, serta kemungkinan melakukan bunuh diri di masa depan (Cha et al., 2018). Memahami aspek-aspek ini penting untuk menjelajahi bagaimana faktor-faktor seperti kualitas pertemanan dapat mempengaruhi ide bunuh diri di kalangan remaja dan dewasa muda, berikut beberapa aspek dalam alay ukur SBQ-R:

a) Pengalaman bunuh diri seumur hidup

Item pertama dari SBQ-R menyelidiki apakah individu pernah memiliki pikiran tentang bunuh diri atau melakukan upaya bunuh diri sepanjang hidup mereka. Penelitian menunjukkan bahwa pengalaman ini sering tertidur karena adanya gangguan emosional, seperti depresi yang parah. Sekitar 50% hingga 75% remaja dengan ide bunuh diri mengalami gangguan emosional yang signifikan (Li et al., 2014). Ini menunjukkan bahwa kondisi psikologis yang buruk, yang mungkin diperburuk oleh pengalaman sosial yang negatif seperti bullying, dapat meningkatkan risiko ide bunuh diri (King et al., 2018). Sebaliknya, kualitas pertemanan yang positif bisa menjadi faktor pelindung yang mampu mengurangi gejala-gejala depresi dan, pada saat yang sama, frekuensi ide bunuh diri (Chowdhury & Chakraborty, 2017).

b) Frekuensi bunuh diri dalam setahun terakhir

Butir kedua dalam SBQ-R fokus pada seberapa sering individu mengalami pikiran bunuh diri dalam satu tahun terakhir. Frekuensi ide bunuh diri ini penting karena dapat menunjukkan tingkat risiko yang lebih tinggi terkait dengan perilaku bunuh diri di masa depan. Penelitian menunjukkan bahwa di antara pelajar, peningkatan frekuensi ide bunuh diri dapat berhubungan erat dengan kurangnya dukungan sosial dan kualitas hubungan interpersonal yang rendah (Wilcox et al., 2011). Penemuan ini ditekankan dalam penelitian yang menunjukkan bahwa remaja yang mengalami isolasi sosial cenderung

melaporkan pikiran bunuh diri yang lebih sering, serupa dengan mereka yang mengalami tekanan emosional dari hubungan yang tidak sehat (Bar-Zomer & Klomek, 2018). Oleh karena itu, meningkatkan kualitas pertemanan dan dukungan sosial dapat mengurangi frekuensi ide bunuh diri ini.

c) Ancaman melakukan bunuh diri

Aspek ketiga dari SBQ-R memancarkan ancaman bunuh diri yang dirasakan oleh individu. Butir ini mencerminkan risiko nyata bahwa pikiran dapat bertransformasi menjadi tindakan. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang memiliki pola pikir pesimis dan mengalami masalah dengan pengaturan emosi memiliki kecenderungan lebih besar untuk melaporkan ancaman bunuh diri (Law et al., 2015). Di sisi lain, dukungan sosial yang kuat dapat menjadi faktor yang mencegah individu dari mengalami krisis emosional yang lebih serius dan bahkan upaya bunuh diri (Testoni et al., 2021). Dengan menciptakan lingkungan sosial yang positif, ketika individu merasa didukung, kemungkinan ancaman ini dapat diminimalkan.

d) Kemungkinan melakukan bunuh diri dimasa depan

Item terakhir pada SBQ-R menilai kemungkinan untuk melakukan bunuh diri di masa depan. Kemungkinan ini sangat berkaitan dengan bagaimana individu mempersepsikan masa depan mereka dan rasa harapan yang mereka miliki. Penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti pengaturan diri, dukungan dari teman sebaya, dan keterlibatan dalam aktivitas bermakna memiliki dampak positif yang signifikan terhadap harapan dan persepsi individu mengenai masa depan mereka (Coppersmith et al., 2017). Tanpa adanya dukungan sosial yang memadai, individu cenderung merasa terasing dan lebih rentan terhadap pikiran bunuh diri, menyoroti pentingnya hubungan interpersonal yang sehat sebagai faktor protektif (Jantzer et al., 2015).

Secara keseluruhan, SBQ-R menawarkan wawasan berharga dalam memahami hubungan antara kualitas pertemanan dan ide bunuh diri. Item-item dalam SBQ-R membantu peneliti dan praktisi untuk menganalisis secara holistik bagaimana pengalaman emosional, dukungan sosial, dan interaksi interpersonal dapat membentuk pemikiran bunuh diri di kalangan populasi rentan, memberikan arah bagi intervensi dan penelitian di masa depan.

3. Faktor-Faktor Ide Bunuh Diri

Ide bunuh diri tidak muncul secara spontan atau terisolasi, melainkan merupakan hasil dari interaksi kompleks berbagai faktor yang saling berkaitan dan mempengaruhi satu sama lain. Pemahaman tentang faktor-faktor yang berkontribusi terhadap munculnya ide bunuh diri menjadi sangat penting dalam upaya pencegahan, identifikasi dini, dan intervensi yang efektif. Penulis membagi beberapa faktor ide bunuh diri sebagai berikut :

a) Gangguan psikologis

Gangguan seperti depresi dan kecemasan merupakan salah satu faktor terbesar yang berkontribusi terhadap ide bunuh diri. Penelitian telah menunjukkan bahwa individu yang mengalami gangguan mental tertentu memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk mengalami ide bunuh diri. Qiu dkk. menyatakan bahwa kehilangan harapan atau keputusan sangat terkait dengan ide bunuh diri (Qiu et al., 2017). Selain itu, Klonsky dan May menegaskan bahwa interaksi antara rasa sakit dan keputusan memainkan peran penting dalam memprediksi timbulnya ide bunuh diri (David Klonsky & May, 2015). Hal ini menunjukkan bahwa perhatian yang lebih besar terhadap kesehatan mental dapat mengurangi risiko bunuh diri.

b) Respon terhadap stress dan tekanan kehidupan

Peristiwa hidup negatif dan tekanan dari situasi sosial-ekonomi dapat meningkatkan ide bunuh diri. Gavin dkk. menemukan adanya hubungan yang kuat antara tingkat stres psikososial yang tinggi dan

ide bunuh diri pada wanita hamil (Gavin et al., 2011). Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa stres dapat berkontribusi pada masalah kesehatan mental yang lebih serius, yang pada pasangannya dapat meningkatkan risiko ide bunuh diri (Riziana et al., 2023). Oleh karena itu, penyedia layanan kesehatan harus memperhatikan riwayat hidup pasien dan faktor-faktor stres yang mungkin mereka hadapi.

c) Kurangnya dukungan sosial

Dukungan sosial memiliki peran penting dalam mencegah ide bunuh diri. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Alhusen et al., wanita hamil yang mengalami kekerasan pasangan intim dan kurang mendapatkan dukungan sosial memiliki risiko lebih tinggi untuk mengembangkan ide bunuh diri (Jeanne L. Alhusen, 2015). Kurangnya dukungan dari keluarga atau teman dapat membuat individu merasa terlindungi dan lebih rentan terhadap pikiran bunuh diri (Amiroh et al., 2024). Di sisi lain, dukungan sosial dapat berfungsi sebagai faktor pelindung yang membantu individu mengatasi stres dan rasa sakit emosional yang alami mereka (Belete et al., 2021).

d) Impulsivitas

Karakteristik impulsif telah diidentifikasi sebagai faktor risiko yang signifikan dalam ide bunuh diri. Salami dkk. menjelaskan bahwa bagi remaja, tingkat impulsivitas yang tinggi dapat meningkatkan kemungkinan mereka mengembangkan ide bunuh diri, tanpa mempertimbangkan alasan untuk hidup yang bisa menetralkan risiko tersebut (Salami et al., 2015). Lebih lanjut, penelitian juga menunjukkan bahwa impulsivitas dapat menjadi penghubung antara stres dan ide bunuh diri (Sicotte et al., 2023).

e) Faktor demografi

Faktor usia, jenis kelamin, dan status pernikahan memainkan peran penting dalam ide bunuh diri. Penelitian oleh Niehammer dkk. menunjukkan bahwa risikonya dapat berbeda antar kelompok usia dan

jenis kelamin. Pria yang belum menikah, misalnya, lebih cenderung memiliki ide bunuh diri dibandingkan dengan yang sudah menikah, karena tidak adanya dukungan emosional dan sosial yang sering kali terhubung dengan pasangan (Niedhammer et al., 2025). Hal ini menunjukkan pentingnya mempertimbangkan faktor demografi dalam penanganan dan pencegahan ide bunuh diri.

Setiap faktor tersebut saling terkait dan kompleks, menciptakan tantangan dalam pencegahan dan intervensi terkait ide bunuh diri. Strategi yang menyeluruh dan multidimensi perlu diterapkan untuk lebih memahami dan mengatasi masalah ini.

4. Dampak Ide Bunuh Diri

Ide bunuh diri tidak hanya merupakan gejala yang perlu diperhatikan, tetapi juga memiliki dampak yang luas dan signifikan terhadap berbagai aspek kehidupan individu dan lingkungan sosialnya. Berikut beberapa penjelasan rinci dampak dari ide bunuh diri :

a) Dampak psikologis

Ide bunuh diri memiliki dampak psikologis yang signifikan pada individu yang mengalaminya. Individu dengan ide bunuh diri sering kali mengalami gangguan emosional yang mendalam, seperti depresi dan kecemasan, yang dapat merusak kualitas hidup mereka (Mukarromah & Nuqul, 2014). Pengalaman traumatis, janji untuk mengatasi stres, dan rendahnya harga diri dapat menjadi pemicu utama ide bunuh diri. Individu yang merasa terjebak dalam situasi yang tidak dapat mereka selesaikan mungkin berakhir pada pilihan ekstrem ini, mencerminkan ketidakmampuan mereka untuk melihat jalan keluar dari masalah yang mereka hadapi (Kusumayanti et al., 2020) .

Penelitian menunjukkan bahwa gangguan mental seperti depresi dan gangguan kecemasan memegang peranan utama dalam meningkatkan risiko bunuh diri. Oleh karena itu, penting untuk melakukan intervensi psikologis yang tepat guna membantu individu

tersebut mengelola emosi dan meningkatkan keterampilan coping mereka (Tentama et al., 2019). Terapi, dukungan sosial, dan akses ke layanan kesehatan mental yang memadai adalah langkah penting dalam mencegah konsekuensi psikologis yang lebih parah (Perdamaian et al., 2023).

b) Dampak sosial dan komunitas

Dampak ide bunuh diri juga mencakup aspek sosial dan komunitas. Komunitas yang terpapar kasus bunuh diri seringkali merasakan dampak negatif yang signifikan, termasuk stigma, kecemasan, dan rasa kehilangan di antara anggota komunitas (Manguju, 2023), (Hakim et al., 2023). Keluarga yang kehilangan anggota karena bunuh diri mungkin menghadapi trauma emosional yang berkepanjangan, dan hubungan interpersonal mereka sering terganggu akibat tekanan emosional yang timbul (Kusumayanti et al., 2020).

Dukungan sosial dari komunitas sangat penting untuk mengurangi dampak ini. Komunitas yang mendukung dengan menyediakan platform bagi individu untuk berbagi pengalaman dan mendapatkan dukungan emosional dapat berfungsi sebagai proteksi terhadap munculnya ide bunuh diri (Hamid & Bolong, 2015). Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran akan kesehatan mental dan mempromosikan komunikasi terbuka dalam lingkungan sosial untuk mengurangi stigma dan meningkatkan pemahaman tentang isu ini.

c) Dampak fisik

Selain dampak psikologis dan sosial, ide bunuh diri juga dapat memiliki dampak fisik yang serius. Stres dan tekanan psikologis yang disebabkan oleh ide bunuh diri seringkali berdampak pada kesehatan fisik individu. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang memiliki ide bunuh diri sering mengalami masalah kesehatan yang lebih tinggi akibat dari kondisi stres kronis, seperti gangguan tidur

dan berbagai masalah fisiologis lainnya (Aulia et al., 2019).

Selain itu, tindakan bunuh diri yang gagal dapat menyebabkan cedera fisik yang serius, memicu konsekuensi jangka panjang atas kesehatan fisik dan mental individu tersebut (Rohmah, 2020). Oleh karena itu, pendekatan untuk mengatasi masalah kesehatan mental tidak dapat dipisahkan dari perhatian terhadap kesehatan fisik, dengan mempertimbangkan intervensi yang memperkuat kesejahteraan secara menyeluruh. Terapi yang mencakup aspek psikologis dan fisik dapat berkontribusi pada pemulihan dan perbaikan kualitas hidup individu yang berisiko (Aulia et al., 2020).

5. Pengukuran Ide Bunuh Diri

Pengukuran ide bunuh diri memerlukan instrumen yang valid dan reliabel untuk mengidentifikasi individu yang berisiko serta memantau perubahan dalam tingkat ideasi bunuh diri. Andreotti et al. (2020) dalam tinjauan sistematiknya mengidentifikasi setidaknya 19 instrumen berbeda yang tersedia untuk menilai risiko bunuh diri, masing-masing dengan karakteristik, kelebihan, dan keterbatasan yang berbeda. Keragaman instrumen ini mencerminkan kompleksitas fenomena ide bunuh diri yang melibatkan berbagai aspek, mulai dari pemikiran pasif tentang kematian hingga perencanaan bunuh diri yang spesifik dan terperinci. Pemilihan instrumen yang tepat menjadi krusial dalam penelitian dan praktik klinis untuk memastikan akurasi assessment dan efektivitas intervensi.

Beberapa instrumen yang paling umum digunakan dalam pengukuran ide bunuh diri antara lain *Beck Scale for Suicide Ideation* (BSI), *Columbia-Suicide Severity Rating Scale* (C-SSRS), *Suicide Behaviors Questionnaire-Revised* (SBQ-R), dan *Scale for Suicide Ideation* (SSI). *Beck Scale for Suicide Ideation*, yang dikembangkan oleh Aaron T. Beck, merupakan salah satu instrumen tertua dan paling banyak digunakan, terdiri dari 21 item yang menilai intensitas ideasi bunuh diri melalui berbagai aspek pemikiran bunuh diri (Harmer et al., 2024).

Instrumen ini memiliki validitas dan reliabilitas yang telah terbukti dalam berbagai populasi dan setting klinis. *Columbia-Suicide Severity Rating Scale* (C-SSRS) dikembangkan sebagai instrumen komprehensif yang mengevaluasi *severity* dan *immediacy* dari pemikiran *self-destructive*, perilaku percobaan bunuh diri, dan *lethality* dari percobaan bunuh diri.

Alat ukur C-SSRS menunjukkan validitas dan konsistensi internal yang baik dalam berbagai studi *multisite* dengan remaja dan dewasa (Posner et al., 2011). Instrumen ini efektif dalam mengidentifikasi individu yang memerlukan intervensi segera dan telah digunakan secara luas dalam setting klinis dan penelitian. Kelebihan C-SSRS terletak pada kemampuannya untuk membedakan antara ideasi bunuh diri dan perilaku bunuh diri aktual, serta memberikan gradasi tingkat *severity* yang membantu dalam pengambilan keputusan klinis. Namun, C-SSRS memerlukan pelatihan khusus bagi administrator dan waktu yang relatif lebih lama untuk penyelesaian dibandingkan dengan instrumen yang lebih singkat.

Suicide Behaviors Questionnaire-Revised (SBQ-R) merupakan instrumen self-report psikologis yang dirancang untuk mengidentifikasi faktor risiko bunuh diri pada anak-anak dan remaja berusia 13-18 tahun, meskipun penggunaannya telah diperluas untuk populasi dewasa (Osman et al., 2001). Instrumen ini terdiri dari 4 item yang masing-masing menggali aspek suicidalitas yang berbeda, dengan waktu penyelesaian sekitar 5 menit, menjadikannya salah satu alat ukur yang paling efisien dan praktis. Keempat item SBQ-R mencakup: (1) ideasi bunuh diri seumur hidup dan/atau percobaan bunuh diri, (2) frekuensi ideasi bunuh diri dalam 12 bulan terakhir, (3) ancaman bunuh diri, dan (4) kemungkinan percobaan bunuh diri di masa depan. Setiap item memiliki skala penilaian yang berbeda, dengan total skor berkisar dari 3 hingga 18 poin.

Validitas dan reliabilitas SBQ-R telah dibuktikan melalui berbagai studi validasi di berbagai negara dan populasi. Farrahi et al. (2019) dalam

penelitiannya di Iran menunjukkan bahwa SBQ-R merupakan alat yang ekonomis dan secara psikometrik solid yang dapat digunakan untuk mengidentifikasi perilaku dan risiko terkait bunuh diri pada populasi muda Iran. Studi ini mendemonstrasikan konsistensi internal yang tinggi dengan koefisien alpha Cronbach 0.88, menunjukkan reliabilitas yang baik. Validasi lintas budaya SBQ-R juga telah dilakukan dalam berbagai konteks, termasuk versi Cina (C-SBQ-R) yang menunjukkan estimasi reliabilitas konsistensi internal yang dapat diterima, struktur faktor yang sesuai, dan estimasi validitas konkuren yang baik (Zhang et al., 2022).

Kelebihan utama SBQ-R terletak pada kesederhanaannya dan efisiensi waktu, menjadikannya sangat praktis untuk digunakan dalam berbagai setting, termasuk penelitian epidemiologi skala besar, screening klinis, dan assessment rutin dalam layanan kesehatan mental. Linear Health (2024) melaporkan bahwa cutoff score 7 atau lebih direkomendasikan untuk populasi umum dengan sensitivitas 0.93 dan spesifisitas 0.95, sedangkan cutoff score 8 atau lebih direkomendasikan untuk pasien dengan gangguan psikiatri dengan sensitivitas 0.80 dan spesifisitas 0.91. Karakteristik psikometrik yang kuat ini memberikan confidence bahwa SBQ-R dapat mengidentifikasi individu berisiko dengan akurasi yang tinggi sambil meminimalkan false positive dan false negative.

Perbandingan antara berbagai instrumen pengukuran ide bunuh diri menunjukkan bahwa masing-masing memiliki kekuatan dan keterbatasan yang berbeda. Goh et al. (2022) dalam studinya membandingkan concordance antara C-SSRS dan Beck Scale for Suicide Ideation (BSS) dalam menilai perilaku bunuh diri pada dewasa muda dengan gangguan spektrum skizofrenia, menemukan bahwa BSS memiliki akurasi 83.5% dalam melaporkan percobaan bunuh diri tunggal dan 81.7% untuk percobaan bunuh diri multipel, sementara C-SSRS memiliki akurasi 84.1% dan 83.9% masing-masingnya. Perbedaan ini secara statistik tidak signifikan ($p = 0.849$), menunjukkan bahwa kedua

instrumen memiliki performa yang sebanding. Namun, C-SSRS memerlukan waktu administrasi yang lebih lama dan pelatihan khusus, sedangkan BSS lebih kompleks dengan 21 item yang memerlukan waktu penyelesaian yang cukup panjang.

Dibandingkan dengan instrument lain, SBQ-R menawarkan keseimbangan optimal antara komprehensivitas dan praktikalitas. Sementara BSI dan C-SSRS memberikan assessment yang lebih detail, SBQ-R mampu menangkap aspek-aspek penting dari spektrum perilaku bunuh diri dengan hanya 4 item, menjadikannya ideal untuk penelitian yang melibatkan sampel besar atau setting dengan keterbatasan waktu. Andreotti et al. (2020) menekankan bahwa pemilihan instrumen harus mempertimbangkan tujuan penggunaan, populasi target, setting administrasi, dan sumber daya yang tersedia. Untuk penelitian yang berfokus pada faktor-faktor yang mempengaruhi ide bunuh diri dalam populasi umum, SBQ-R memberikan balance yang baik antara validitas pengukuran dan feasibility implementasi.

Pemilihan SBQ-R sebagai instrumen pengukuran dalam penelitian tentang pengaruh kualitas pertemanan terhadap ide bunuh diri didasarkan pada beberapa pertimbangan metodologis dan teoretis yang kuat. Pertama, konstruk yang diukur oleh SBQ-R mencakup spektrum yang luas dari perilaku bunuh diri, mulai dari ideasi hingga perilaku aktual, yang memungkinkan penelitian ini untuk menangkap berbagai manifestasi dari dampak kualitas pertemanan terhadap kesehatan mental. Item-item SBQ-R yang menggali aspek temporal (seumur hidup, 12 bulan terakhir, dan masa depan) selaras dengan sifat dinamis hubungan pertemanan yang dapat berubah dan mempengaruhi kesehatan mental individu dalam jangka waktu yang berbeda. Karakteristik ini memungkinkan penelitian untuk menilai tidak hanya status current dari ide bunuh diri, tetapi juga pola historis dan proyeksi risiko masa depan yang dapat dikaitkan dengan kualitas hubungan sosial.

Kedua, kesederhanaan dan aksesibilitas SBQ-R membuatnya ideal

untuk digunakan dalam populasi remaja dan dewasa muda, yang merupakan kelompok usia dimana kualitas pertemanan memiliki pengaruh yang paling signifikan terhadap kesehatan mental dan risiko bunuh diri. Penelitian menunjukkan bahwa hubungan peer dan kualitas persahabatan merupakan faktor protektif yang penting dalam pencegahan bunuh diri, terutama pada populasi muda (Franklin et al., 2017). SBQ-R dengan format self-report yang sederhana mengurangi barrier untuk partisipasi dan meningkatkan honesty dalam respon, karena responden dapat menjawab tanpa tekanan langsung dari interviewer. Hal ini sangat penting dalam penelitian yang melibatkan topik sensitif seperti ide bunuh diri dan hubungan interpersonal.

Ketiga, validitas lintas budaya SBQ-R yang telah terbukti dalam berbagai konteks nasional dan etnis memberikan confidence bahwa instrumen ini dapat digunakan dalam konteks Indonesia dengan reliabilitas yang baik. Farrahi et al. (2019) dan Zhang et al. (2022) mendemonstrasikan bahwa SBQ-R mempertahankan properti psikometriknya yang kuat ketika diadaptasi untuk berbagai populasi, menunjukkan stabilitas konstruk yang diukur across different cultural contexts. Dalam konteks penelitian tentang kualitas pertemanan, universalitas konsep yang diukur oleh SBQ-R memungkinkan hasil penelitian untuk memiliki generalizability yang lebih luas. Selain itu, efficiency SBQ-R dalam hal waktu dan sumber daya memungkinkan penelitian untuk mengalokasikan lebih banyak perhatian pada pengukuran kualitas pertemanan yang komprehensif, menciptakan balance yang optimal dalam desain penelitian.

B. Kualitas Pertemanan

1. Pengertian Kualitas Pertemanan

Kualitas pertemanan dapat dipahami sebagai tingkat kedalaman, keintiman, dan dukungan yang terdapat dalam hubungan antar individu.

Menurut Rizka dan Kurniawati, kualitas persahabatan mencakup aspek-aspek seperti kepercayaan, pemahaman emosional, dan saling menghargai di antara teman-teman (Rizka & Kurniawati, 2022). Dalam konteks ini, pertemanan yang berkualitas sangat diperlukan untuk mendukung kesejahteraan mental individu, terutama di kalangan remaja (Salsabila et al., 2024) . Hal ini menunjukkan bahwa kualitas pertemanan berfungsi sebagai faktor penentu dalam pengembangan emosi dan identitas sosial.

Kualitas pertemanan juga dipengaruhi oleh keterampilan sosial individu. Yunita menemukan bahwa strategi pengajaran yang tepat dapat meningkatkan keterampilan sosial anak berkebutuhan khusus, yang berdampak langsung pada kualitas pertemanan mereka (Yunita, 2023). Lebih lanjut, Lestari dan Wimbari menekankan pentingnya kualitas pertemanan dalam mengatasi permasalahan kesehatan mental yang berkaitan dengan kecenderungan adiksi game online di kalangan siswa (Lestari & Wimbari, 2021). Oleh karena itu, peningkatan keterampilan sosial dinilai penting untuk menciptakan hubungan pertemanan yang sehat dan mendukung.

Menceritakan pertemanan yang berkualitas juga berarti membangun jaringan sosial yang positif. Saragih dkk. menunjukkan bahwa interaksi dengan lingkungan teman sebaya dapat berperan penting dalam pembentukan kontrol diri pelajar, sehingga meningkatkan kualitas pertemanan mereka (Saragih et al., 2025). Selain itu, lingkungan sosial yang mendukung dapat membantu individu dalam menghadapi tantangan emosional dan sosial selama masa remaja, yang sering kali penuh dengan perilaku berisiko. Hal ini menjadikan kualitas pertemanan sebagai aspek penting dalam pencegahan masalah kesehatan mental (Rini & Qomariyah, 2022).

Di sisi lain, kerinduan akan rumah pada siswa baru di lingkungan pesantren menunjukkan betapa pentingnya kualitas pertemanan dalam mengatasi rasa keterasingan (Luqiyana, 2022). Siswa dengan kualitas

pertemanan yang baik cenderung lebih mampu beradaptasi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan baru mereka. Penelitian ini menunjukkan hubungan yang kuat antara kualitas pertemanan dan kemampuan seseorang untuk menemukan kesejahteraan emosional saat menghadapi perubahan besar dalam hidup mereka.

Kualitas pertemanan juga dapat berfungsi sebagai penyangga terhadap stres dan depresi. Menurut Lodder et al., individu yang terlibat dalam pertemanan berkualitas tinggi cenderung mengalami tingkat kesetaraan yang lebih rendah (Lodder et al., 2015). Ini menegaskan bahwa hubungan yang kuat dapat meringankan perasaan negatif dan meningkatkan kualitas hidup seseorang, menjadikan masalah kesehatan mental seperti ide bunuh diri sangat relevan saat membahas kualitas pertemanan.

Penting juga untuk mempertimbangkan aspek sosial dan budaya pada kualitas pertemanan. Setiawan menunjukkan bahwa interaksi antar individu dalam kelompok sosial saat ini seringkali dipengaruhi oleh kondisi digital, di mana media sosial berperan penting dalam membangun dan memelihara hubungan persahabatan (Andri Setiawan et al., 2024). Penggunaan media sosial dapat memperkuat kualitas pertemanan jika dikelola dengan baik, tetapi juga dapat menimbulkan dampak negatif jika menimbulkan perilaku phubbing atau pengabaian terhadap teman secara tatap muka (Aji Amarta & Daud Hasibuan, 2024).

Sebagai bagian dari pendekatan pendidikan, dukungan dan bimbingan dari guru juga memegang peranan penting dalam menciptakan kualitas persahabatan yang baik di lingkungan sekolah. Pembelajaran etika profesi, seperti yang dijelaskan oleh Gennardy dan Ratri, dapat membantu siswa memahami nilai kolaborasi dan empati dalam hubungan interpersonal (Gennardy & Ratri, 2024). Keterampilan sosial yang diajarkan di kelas dapat menumbuhkan hubungan yang saling mendukung, yang pada pasangannya dapat mengurangi tingkat masalah kesehatan mental di kalangan remaja.

Kualitas pertemanan tidak hanya mempengaruhi kesejahteraan psikologis tetapi juga aspek kognitif dan sosial remaja. Mahardilla dkk. Diindikasikan bahwa minat belajar siswa dipengaruhi oleh kualitas interaksi pertemanan mereka, yang memberikan dampak positif bagi perkembangan diri mereka (Mahardilla et al., 2023). Dalam hal ini, penting untuk mendorong hubungan yang sehat antara teman sebaya agar mereka bisa saling mendukung dalam hal akademis dan sosial.

Akhirnya, kualitas pertemanan berfungsi sebagai penghubung dalam banyak aspek kehidupan individu, termasuk kesehatan mental dan perkembangan identitas mereka. Agustian menegaskan bahwa pertemanan yang kuat dan saling mendukung merupakan faktor penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis individu (Agustian et al., 2023). Dengan demikian, meningkatkan kualitas pertemanan menjadi sangat penting, terutama dalam konteks pencegahan masalah mental seperti ide bunuh diri.

Secara keseluruhan, memahami kualitas pertemanan dalam konteks sosial dan psikologis adalah langkah penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan individu, terutama remaja. Penelitian lebih lanjut di bidang ini harus terus dikembangkan untuk menemukan cara-cara baru dalam memperkuat dan meningkatkan kualitas pertemanan dalam berbagai konteks kehidupan sosial.

2. Aspek Kualitas Pertemanan

Menurut McGill Friendship Questionnaire yang dikembangkan oleh Mendelson & Aboud, kualitas pertemanan terdiri beberapa aspek fungsional yang terdiri dari enam fungsi pertemanan, yaitu stimulating companionship, help, intimacy, reliable alliance, self-validation, dan emotional security. Keenam fungsi ini mengukur sejauh mana teman memenuhi berbagai kebutuhan sosial, emosional, dan instrumental dalam hubungan pertemanan (Mendelson & Aboud, 1999). Berikut penjelasan setiap aspeknya:

- a. Stimulating Companionship (Persahabatan yang Menstimulasi)

Persahabatan yang menstimulasi melibatkan interaksi yang aktif dan mendukung pertumbuhan pribadi. Dalam konteks ini, teman-teman tidak hanya menghabiskan waktu bersama, tetapi juga terlibat dalam aktivitas yang mendorong eksplorasi dan pembelajaran (Rizka & Kurniawati, 2022). Pertemanan yang sehat dapat memberikan dorongan bagi individu untuk berprestasi dalam bidang akademis dan sosial, serta memfasilitasi pengalaman yang memperkaya (Piteo & Kettler, 2011). Hubungan yang kaya dengan stimulasi intelektual dan emosional ini dapat membantu individu mengembangkan keterampilan sosial yang lebih baik.

b. Help (Bantuan/Dukungan Instrumental)

Aspek bantuan dalam kualitas pertemanan merujuk pada dukungan praktis dan emosional yang diberikan oleh teman. Dukungan ini dapat berwujud dalam bentuk bantuan ketika menghadapi masalah atau tantangan dalam kehidupan sehari-hari (Glucose, 2017). Penelitian menunjukkan bahwa dukungan instrumental dapat memainkan peran signifikan dalam membantu individu menghadapi stres dan tekanan, serta berkontribusi pada peningkatan kesehatan mental secara keseluruhan (Poorthuis et al., 2012). Hubungan yang saling mendukung ini adalah kunci untuk bertahan dalam masa-masa sulit.

c. Intimacy (Keintiman)

Keintiman dalam persahabatan mencakup kedekatan emosional dan pemahaman yang dalam antara individu. Aspek ini meliputi kemampuan untuk berbagi perasaan, pikiran, dan pengalaman secara terbuka dan jujur (M. F. Wright & Wachs, 2022). Penelitian menunjukkan bahwa keintiman yang tinggi dalam hubungan persahabatan dapat memperkuat ikatan sosial dan memberikan rasa aman emosional, yang sangat penting dalam perkembangan remaja (Greca & Harrison, 2005). Keintiman juga dapat berkontribusi pada stabilitas emosional dan kesejahteraan mental.

d. Reliable Alliance (Aliansi yang Dapat Diandalkan)

Aliansi yang dapat diandalkan mencerminkan konsistensi dan kepercayaan dalam hubungan persahabatan. Teman yang dapat diandalkan adalah mereka yang selalu ada dalam situasi sulit dan dapat dipercaya (Ackermann et al., 2020). Penelitian menunjukkan bahwa hubungan yang didasarkan pada keandalan dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan rasa percaya diri individu (Schwartz & Finley, 2010). Situasi di mana individu mengetahui bahwa mereka dapat mengandalkan teman-teman mereka dapat menciptakan lingkungan yang lebih suportif dan memungkinkan mereka untuk menghadapi tantangan dengan lebih baik.

e. Self-Validation (Validasi Diri)

Validasi diri dalam konteks pertemanan mencakup penguatan positif terhadap diri individu yang diberikan oleh teman. Persahabatan yang baik dapat membantu individu merasa diterima dan dihargai, yang berkontribusi pada pengembangan harga diri yang sehat (Lin & Jiang, 2023). Ketika teman-teman saling mendukung dalam pencapaian dan aspirasi, ini dapat mendorong individu untuk berkembang dan mencapai potensi terbaiknya (Berndt, 2002). Validasi ini juga mempengaruhi cara individu memandang diri mereka dan interaksi sosial secara keseluruhan.

f. Emotional Security (Keamanan Emosional)

Keamanan emosional merujuk pada rasa aman dan nyaman yang dirasakan individu dalam hubungan persahabatan. Dalam konteks ini, individu merasa bahwa teman mereka akan mendukung dan tidak akan menghakimi mereka, yang esensial untuk kesehatan psikologis yang baik (Kochendorfer & Kerns, 2019). Penelitian telah menunjukkan bahwa tingkat keamanan emosional yang tinggi dalam pertemanan dengan ketahanan terhadap stres dan kecemasan, serta peningkatan kesejahteraan mental (M. F. Wright & Wachs, 2022). Keamanan emosional berkontribusi pada pengembangan hubungan

yang kokoh dan menguntungkan.

3. Faktor-Faktor Kualitas Pertemanan

Kualitas pertemanan di antara individu, terutama remaja, dipengaruhi oleh berbagai aspek yang mendasar. Memahami faktor-faktor ini sangat penting untuk memahami bagaimana hubungan tersebut dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis, termasuk potensi ide bunuh diri. Berikut adalah beberapa faktor yang mempengaruhi kualitas pertemanan:

a. Dukungan emosional

Dukungan emosional merupakan salah satu aspek kunci dari kualitas pertemanan. yang berkualitas sering kali ditandai dengan hadirnya dukungan emosional yang kuat di antara teman-teman. Remaja yang merasa didukung secara emosional cenderung lebih terbuka dalam berbagi pengalaman pribadi dan menghadapi tantangan hidup. Proses berbagi informasi intim dapat memperkuat kepercayaan dan kedekatan dalam hubungan, yang pada pasangan meningkatkan kualitas persahabatan (Mahirah & Sampe Tondok, 2024). Selain itu, remaja yang memiliki kualitas pertemanan yang baik lebih mungkin untuk menciptakan lingkungan yang mendukung secara psikologis, yang membantu mereka merasa kurang kesepian dan lebih dipahami (Regina & Garvin Goei, 2024).

b. Kepercayaan

Kepercayaan adalah faktor penting lainnya yang berperan dalam membangun dan mempertahankan hubungan persahabatan yang berkualitas. Dalam konteks pertemanan, kepercayaan memungkinkan individu untuk merasa aman saat berbagi masalah pribadi dan menerima dukungan dari teman (Fitria & Peters, 2019). Teman yang saling percaya cenderung menciptakan hubungan yang lebih intim dan mengurangi potensi konflik. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan emosional yang berdasarkan kepercayaan yang tinggi dapat mendukung pengembangan keterampilan sosial yang lebih baik

di kalangan remaja (Akin et al., 2016).

c. Kemampuan komunikasi

Kemampuan komunikasi antar teman sangat berpengaruh terhadap kualitas hubungan mereka. Remaja yang memiliki keterampilan komunikasi yang baik cenderung lebih mampu menyampaikan pikiran dan perasaan mereka dengan jelas, sehingga mengurangi salah paham dan konflik dalam pertemanan (Jamaluddin, 2021). Keterampilan komunikasi yang baik juga mencakup kemampuan mendengarkan secara aktif, yang memperkuat hubungan dan menciptakan suasana saling pengertian (Mabelele, 2008). Penelitian lainnya pentingnya komunikasi dalam membantu remaja membangun kedekatan serta memahami satu sama lain (Afriani & Denisa, 2021).

d. Interaksi sosial positif

Interaksi sosial yang positif, termasuk aktivitas bersama dan pengalaman menyenangkan, sangat berkontribusi terhadap kualitas pertemanan. Aktivitas yang menyenangkan dapat memperkuat ikatan antar teman dan menciptakan kenangan yang dapat memperkaya hubungan mereka (Véronneau et al., 2014). Riset menunjukkan bahwa teman yang terlibat dalam berbagai aktivitas bersama mengalami peningkatan dalam kualitas pertemanan mereka, yang pada pasangan berkontribusi pada kesejahteraan emosional yang lebih baik (Brown & Bakken, 2011). Interaksi sosial yang positif dapat membantu remaja merasa lebih terhubung dan didukung dalam lingkungan sosial mereka, yang mempengaruhi kesehatan mental mereka secara keseluruhan.

e. Kemampuan menyelesaikan konflik

Sementara konflik dalam hubungan adalah hal yang tidak terhindarkan, cara teman-teman menangani dan menyelesaikan konflik tersebut dapat berdampak besar pada kualitas persahabatan. Yang berkualitas mampu menangani dan menyelesaikan konflik

dengan cara yang konstruktif, sehingga memperkuat hubungan (Shi et al., 2019). Teman yang dapat berkomunikasi secara terbuka mengenai perbedaan dan menyelesaikan masalah secara damai cenderung menciptakan ikatan yang lebih kuat (Crawford & Manassis, 2011). Penelitian menunjukkan bahwa janji untuk menangani konflik dengan baik dapat merusak hubungan dan menurunkan kualitas persahabatan secara keseluruhan (Piteo & Kettler, 2011).

Dengan memahami faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas pertemanan, maka dipastikan akan lebih baik memancarkan dampaknya terhadap kesehatan mental individu, termasuk potensi munculnya ide bunuh diri. Kualitas pertemanan yang baik dapat memberikan dukungan emosional yang dibutuhkan remaja dalam menghadapi tantangan hidup, sehingga membantu dalam pencegahan risiko kesehatan mental yang lebih serius.

4. Pengukuran Kualitas Pertemanan

Pengukuran kualitas pertemanan telah menjadi perhatian penting dalam penelitian psikologi sosial dan perkembangan (Schneider, 1989). Berbagai instrumen telah dikembangkan untuk mengukur aspek-aspek yang berbeda dari kualitas pertemanan. Beberapa alat ukur yang telah digunakan dalam penelitian sebelumnya antara lain FSQ, NRI, Acquaintance Description Form dan MFQ.

Friendship Quality Scale (FQS) yang dikembangkan oleh Bukowski, Hoza, dan Boivin (Bukowski et al., 1994). merupakan salah satu instrumen yang banyak digunakan untuk mengukur kualitas pertemanan pada masa pra-remaja dan remaja awal. Skala ini mengukur lima aspek utama: companionship, conflict, help, intimacy, dan security. Instrumen ini telah terbukti memiliki properti psikometrik yang baik dengan reliabilitas internal yang tinggi untuk setiap aspek.

Network of Relationships Inventory (NRI) yang dikembangkan oleh Furman dan Buhrmester (Furman, 1985). dirancang untuk

mengukur persepsi anak-anak tentang hubungan personal dalam jaringan sosial mereka. Instrumen ini mengukur berbagai fungsi hubungan seperti intimacy, companionship, instrumental aid, nurturance, affection, admiration, reliable alliance, satisfaction, punishment, conflict, relative power, dan discipline.

Acquaintance Description Form yang dikembangkan oleh Wright (Wright, 1997). merupakan instrumen yang berfokus pada pengukuran berbagai aspek hubungan pertemanan dari perspektif yang lebih komprehensif. Alat ukur ini mencakup aspek-aspek seperti utility value, ego support value, stimulation value, dan security value dalam konteks pertemanan.

Dalam penelitian ini, McGill Friendship Questionnaire Friend's Functions (MFQ-FF) yang dikembangkan oleh Mendelson dan Aboud dipilih sebagai instrumen utama untuk mengukur kualitas pertemanan. (Aboud, 1999). MFQ-Friend's Functions (MFQ-FF) menilai sejauh mana teman memenuhi enam fungsi pertemanan yang berbeda (Aboud, 1999). Instrumen ini terdiri dari 30 item (5 item untuk setiap fungsi) yang mengukur: *Stimulating Companionship* (melakukan hal-hal yang menyenangkan, menghibur, atau menarik bersama-sama), *Help* (memberikan bimbingan, bantuan, dan bentuk dukungan lainnya), *Intimacy* (peka terhadap kebutuhan dan keadaan orang lain serta terbuka untuk ekspresi jujur tentang pikiran, perasaan, dan informasi personal), *Reliable Alliance* (tetap tersedia dan setia), *Self-Validation* (meyakinkan, mendorong, dan membantu mempertahankan citra diri yang positif), dan *Emotional Security* (memberikan kenyamanan dan kepercayaan dalam situasi baru atau mengancam) (Mendelson & Aboud, 1999).

Reliabilitas internal semua subskala menunjukkan hasil yang sangat baik dengan koefisien alpha berkisar antara 0,84 hingga 0,90 untuk semua subskala, menunjukkan konsistensi internal yang tinggi dan Validitas konstruk MFQ-FF juga telah terbukti melalui berbagai analisis (Aboud, 1999). Instrumen ini menunjukkan korelasi yang signifikan

dengan durasi pertemanan terbaik, di mana responden yang melaporkan pertemanan jangka panjang cenderung memberikan penilaian yang lebih positif terhadap teman mereka ($r = 0,16$ hingga $0,21$, $p < 0,05$).

Pemilihan MFQ sebagai instrumen utama dalam penelitian ini didasarkan pada beberapa pertimbangan teoretis dan metodologis yang kuat. Pertama, MFQ memiliki orientasi fungsional yang unik dibandingkan dengan instrumen lainnya (Aboud, 1999). Berbeda dengan alat ukur sebelumnya yang sering kali mencampur perspektif dari kedua belah pihak dalam pertemanan, MFQ secara konsisten berfokus pada persepsi responden terhadap teman mereka, memberikan sudut pandang yang lebih jelas dan terfokus.

Kedua, MFQ-FF mengukur spektrum fungsi pertemanan yang komprehensif namun tetap dapat dibedakan secara konseptual (Aboud, 1999). Enam fungsi yang diukur dalam MFQ-FF (stimulating companionship, help, intimacy, reliable alliance, self-validation, dan emotional security) mencakup aspek-aspek penting dari pertemanan yang telah diidentifikasi dalam literatur penelitian sebelumnya⁷, namun diorganisir dalam kerangka yang lebih sistematis dan teoritis.

Ketiga, MFQ-FF memiliki kelebihan dalam hal kepraktisan administrasi (Aboud, 1999). Instrumen ini relatif singkat dan mudah diadministrasikan, namun tetap memberikan penilaian yang reliabel dan valid terhadap kualitas pertemanan. Hal ini penting dalam konteks penelitian yang melibatkan responden remaja akhir dan dewasa muda yang mungkin memiliki keterbatasan waktu dan perhatian.

Keempat, MFQ telah menunjukkan sensitivitas terhadap perbedaan individual dan kontekstual (Aboud, 1999). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa instrumen ini dapat mendeteksi perbedaan gender dalam kualitas pertemanan, di mana perempuan melaporkan perasaan yang lebih positif dan penilaian yang lebih tinggi terhadap fungsi-fungsi pertemanan dibandingkan laki-laki.

Terakhir, MFQ-FF telah terbukti memiliki validitas prediktif yang

baik, di mana skor pada berbagai subskala dapat memprediksi kepuasan dan perasaan positif dalam pertemanan (Aboud, 1999). Hal ini menunjukkan bahwa instrumen ini tidak hanya mengukur konstruk yang relevan secara teoretis, tetapi juga memiliki implikasi praktis untuk memahami dinamika pertemanan dalam kehidupan nyata.

C. Hubungan Kualitas Pertemanan Dengan Ide Bunuh Diri

Kualitas pertemanan memegang peranan penting dalam kesehatan mental dan dapat berpengaruh signifikan terhadap ide bunuh diri. Hubungan pertemanan yang positif dan suportif dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis individu, sedangkan hubungan yang buruk atau beracun dapat memberikan dampak negatif. Berdasarkan penelitian Tandiono dkk. Mengenai remaja korban perundungan, ditemukan bahwa kualitas hubungan pertemanan berfungsi sebagai prediktor yang signifikan dalam mencegah ide bunuh diri. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa komunikasi yang baik dalam pertemanan dapat mengurangi risiko ide bunuh diri di kalangan remaja yang mengalami perundungan (Tandiono et al., 2020a). Hal ini menunjukkan bahwa kualitas pertemanan yang baik dapat menjadi faktor perlindungan.

Selain itu, pertemanan yang berkualitas tinggi dapat mengurangi rasa kesepian dan meningkatkan dukungan sosial, yang keduanya berhubungan erat dengan ide bunuh diri. Model dukungan sosial mengindikasikan bahwa individu yang dikelilingi oleh teman-teman yang peduli dan mendukung akan memiliki pengalaman emosional yang lebih positif. Alitani mencatat bahwa individu yang memiliki tingkat self-compassion yang tinggi cenderung mengurangi dampak negatif dari pengalaman buruk, termasuk perundungan, yang berpotensi meningkatkan risiko ide bunuh diri (Alitani, 2023). Keterampilan mengungkapkan diri dalam pertemanan juga berperan penting; Sigarlaki dan Nurvinkania menemukan bahwa pengungkapan diri yang positif dapat mengurangi kesepian dan meningkatkan kesejahteraan psikologis dalam hubungan pertemanan (Sigarlaki, 2022).

Pentingnya dukungan sosial juga ditekankan dalam penelitian yang

dilakukan oleh Salsabhilla dan Panjaitan, yang menunjukkan bahwa dukungan sosial yang rendah berhubungan dengan meningkatnya ide bunuh diri pada siswa. Penelitian ini menunjukkan bahwa siswa yang tidak memiliki sistem dukungan sosial yang kuat, terutama dari teman sebaya, lebih rentan terhadap pengalaman ide bunuh diri (Salsabhilla & Panjaitan, 2019). Hal ini menegaskan bahwa kualitas pertemanan yang baik berfungsi sebagai faktor perlindungan, sementara pertemanan yang buruk dapat berkontribusi pada peningkatan risiko ide bunuh diri.

Akhirnya, intervensi yang ditujukan untuk meningkatkan kualitas pertemanan di kalangan individu, terutama remaja dan pelajar, harus diutamakan sebagai langkah pencegahan terhadap ide bunuh diri. Program yang fokus pada pengembangan keterampilan sosial dan peningkatan empati di antara teman-teman sangat membantu untuk membangun dukungan jaringan yang kuat. Penelitian oleh Rizka dan Kurniawati menunjukkan bahwa keterampilan sosial berkontribusi signifikan terhadap kualitas pertemanan (Rizka, 2022). Dengan memperkuat kualitas pertemanan, kita dapat mengurangi risiko munculnya ide bunuh diri dan meningkatkan kesehatan mental secara keseluruhan.

D. Hubungan Kualitas Pertemanan dan Ide Bunuh Diri Dalam Perspektif Islam

Dalam Islam, pertemanan bukan sekadar hubungan sosial semata, melainkan memiliki dimensi spiritual yang sangat erat kaitannya dengan kesehatan jiwa seseorang. Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an Surah Al-Hujurat ayat 10–11 sebagai landasan utama dalam memahami hubungan antar sesama Muslim:

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ ﴿١٠﴾ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا
 لَا يَسْخَرُ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ
 وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ ۚ بِئْسَ الْإِسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ ۚ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ
 الظَّالِمُونَ

"Sesungguhnya orang-orang mukmin itu bersaudara, karena itu damaikanlah antara kedua saudaramu dan bertakwalah kepada Allah agar

kamu mendapat rahmat. Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain, (karena) boleh jadi mereka (yang diperolok-olok) lebih baik dari mereka (yang mengolok-olok). Dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olok) perempuan lain, (karena) boleh jadi perempuan (yang diperolok-olok) lebih baik dari perempuan (yang mengolok-olok). Janganlah kamu saling mencela satu sama lain, dan janganlah saling memanggil dengan gelar-gelar yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk (fasik) setelah beriman. Dan barang siapa tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim." (QS. Al-Hujurat: 10–11)

Tabel 2.1 Interpretasi Psikologis Ayat QS. Al-Hujurat: 10–11

Lafadz	Arti	Interpretasi Teori Psikologi
إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ	Sesungguhnya orang-orang mukmin itu bersaudara	Menggambarkan pentingnya <i>social belonging</i> (Maslow, 1943); kebutuhan manusia untuk merasa diterima dan menjadi bagian dari kelompok. Mahasiswa yang memiliki rasa persaudaraan kuat cenderung memiliki <i>sense of belonging</i> yang melindungi dari ide bunuh diri.
فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخْوَابِكُمْ	Maka damaikanlah antara kedua saudaramu	Merujuk pada fungsi <i>social support</i> sebagai mediator konflik interpersonal (Cohen & Wills, 1985). Pertemanan berkualitas ditandai dengan kemampuan menyelesaikan konflik secara konstruktif, bukan destruktif.

لَا يَسْخَرُ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ	Janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum lain	Berkaitan dengan <i>peer victimization</i> dan <i>bullying</i> ; ejekan dan penghinaan dalam pertemanan merupakan prediktor signifikan meningkatnya ide bunuh diri pada remaja dan mahasiswa (Klomek et al., 2009).
وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ	Janganlah kamu saling mencela satu sama lain	Mencela sesama merusak <i>self-esteem</i> dan memperburuk kondisi psikologis. Rendahnya harga diri akibat perlakuan teman merupakan faktor risiko utama <i>suicidal ideation</i> (Joiner, 2005).
وَلَا تَتَّبِعُوا بِالْأَلْقَابِ	Janganlah saling memanggil dengan gelar buruk	Berkorelasi dengan teori <i>labeling</i> dalam psikologi sosial; penamaan negatif dapat membentuk identitas negatif pada individu sehingga memperparah kerentanan psikologis dan isolasi sosial.
بِئْسَ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ	Seburuk-buruk panggilan adalah panggilan fasik setelah beriman	Menunjukkan dampak moral dan psikologis dari perilaku merendahkan dalam pertemanan. Dalam perspektif <i>Interpersonal Theory of Suicide</i> (Joiner, 2005), perasaan <i>thwarted belongingness</i> akibat perlakuan buruk teman menjadi pemicu utama ide bunuh diri.

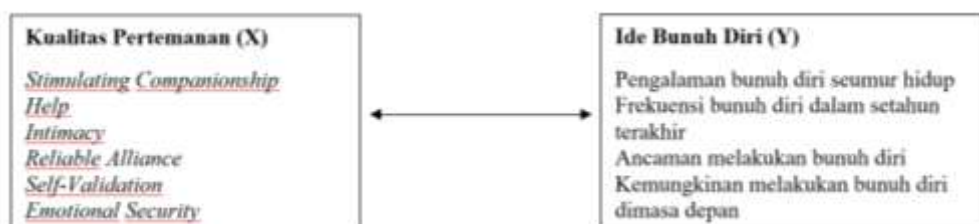
Berdasarkan ayat dan tabel di atas, tampak jelas bahwa Islam telah lebih dahulu meletakkan prinsip-prinsip pertemanan yang sehat jauh sebelum kajian psikologi modern berkembang. Ayat ini secara eksplisit melarang perilaku-perilaku dalam pertemanan yang kini dikenal sebagai

faktor risiko psikologis, seperti ejekan, celaan, dan pelabelan negatif. Dalam konteks mahasiswa, kualitas pertemanan yang buruk—ditandai dengan perundungan, penolakan, dan penghinaan—terbukti secara empiris meningkatkan kerentanan individu terhadap ide bunuh diri, sebuah kondisi yang dalam Islam sendiri sangat dilarang sebagaimana tercantum dalam QS. An-Nisa: 29.

Sebaliknya, pertemanan yang berkualitas tinggi dalam perspektif Islam adalah pertemanan yang dilandasi ukhuwah, saling mendukung, dan bebas dari perilaku merendahkan. Kondisi ini secara psikologis berfungsi sebagai *protective factor* yang membangun rasa aman, meningkatkan harga diri, dan mengurangi perasaan terisolasi yang menjadi akar dari munculnya ide bunuh diri. Dengan demikian, nilai-nilai Islam dalam membangun pertemanan sejatinya selaras dan memperkuat temuan-temuan ilmiah dalam psikologi klinis maupun sosial terkini.

E. Kerangka Konseptual

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual



F. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan hubungan antarvariabel yang telah dipaparkan sebelumnya, penelitian ini menguji hipotesis sebagai berikut:

H1: Terdapat hubungan signifikan antara kualitas pertemanan dengan ide bunuh diri pada mahasiswa.

Hipotesis penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif antara kualitas pertemanan dengan ide bunuh diri. Artinya, semakin tinggi kualitas

pertemanan yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah tingkat ide bunuh diri yang dialami. Sebaliknya, semakin rendah kualitas pertemanan yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi tingkat ide bunuh diri yang dialami.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksplanatori (*explanatory research*) (Fraenkel, 2012). Penelitian kuantitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk mengukur variabel-variabel penelitian secara objektif dan menganalisis hubungan antar variabel menggunakan analisis statistik (Creswell & Creswell, 2018). Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk memperoleh data numerik yang dapat dianalisis secara sistematis untuk menjawab pertanyaan penelitian tentang pengaruh kualitas pertemanan terhadap ide bunuh diri.

Desain penelitian yang digunakan adalah cross-sectional survey design dengan pendekatan ex-post facto (Roberts et al., 2021). Desain ini dipilih karena data dikumpulkan pada satu titik waktu tertentu untuk mengukur variabel-variabel penelitian dan menganalisis hubungan kualitas pertemanan terhadap ide bunuh diri. Desain cross-sectional memungkinkan peneliti untuk memperoleh gambaran tentang karakteristik populasi dan pengaruh antar variabel pada waktu pengumpulan data dilakukan (Gomm, 2008).

Penelitian ini menggunakan desain eksplanatori karena bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel bebas (kualitas pertemanan) terhadap variabel terikat (ide bunuh diri) tanpa memberikan manipulasi atau perlakuan khusus terhadap subjek penelitian (Gay, 2012). Desain eksplanatori dengan pendekatan ex-post facto memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi ada tidaknya pengaruh, arah pengaruh, dan besarnya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat berdasarkan kondisi yang sudah terjadi secara alamiah.

Secara spesifik, penelitian ini akan menganalisis pengaruh kualitas pertemanan sebagai variabel bebas (X) terhadap ide bunuh diri sebagai variabel terikat (Y) menggunakan data yang diperoleh melalui kuesioner

yang diadministrasikan kepada responden pada waktu yang bersamaan. Pendekatan ini dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian yang ingin menguji pengaruh pertemanan terhadap ide bunuh diri dalam konteks natural tanpa intervensi dari peneliti, di mana kedua variabel telah terjadi secara alamiah pada subjek penelitian.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian ini menggunakan dua variabel utama yang akan dianalisis untuk mengetahui hubungan kausalitas di antara keduanya. Identifikasi variabel penelitian merupakan langkah penting dalam penelitian kuantitatif karena membantu peneliti untuk menentukan fokus pengukuran dan analisis data (Creswell & Creswell, 2018). Dalam konteks penelitian ini, variabel-variabel tersebut dipilih berdasarkan kajian teoretis dan empiris yang menunjukkan adanya keterkaitan antara aspek sosial dan kesehatan mental mahasiswa.

Variabel independen atau variabel bebas dalam penelitian ini adalah kualitas pertemanan. Kualitas pertemanan didefinisikan sebagai tingkat kepuasan dan dukungan yang dirasakan individu dalam hubungan pertemanannya, yang mencakup aspek-aspek seperti kepercayaan, komunikasi, dukungan emosional, dan kedekatan (Bukowski et al., 1994). Variabel ini dipilih karena pertemanan merupakan salah satu sumber dukungan sosial yang signifikan bagi mahasiswa, terutama dalam masa transisi dan adaptasi di lingkungan perguruan tinggi (T. Joiner, 2005). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kualitas hubungan interpersonal memiliki peran protektif terhadap kesehatan mental individu (Kleiman & Liu, 2013).

Variabel dependen atau variabel terikat dalam penelitian ini adalah risiko ide bunuh diri. Ide bunuh diri atau ideasi bunuh diri merujuk pada pikiran, pertimbangan, atau perencanaan untuk mengakhiri hidup sendiri, yang merupakan salah satu indikator penting dalam asesmen risiko bunuh diri (Beck & Kovacs, 1979). Variabel ini menjadi fokus karena prevalensi ide bunuh diri di kalangan mahasiswa cenderung meningkat dan menjadi

permasalahan kesehatan mental yang serius di lingkungan kampus (Mortier et al., 2018). Pemahaman terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi risiko ide bunuh diri sangat penting untuk upaya pencegahan dan intervensi dini (Ebert et al., 2019).

Hubungan antara kedua variabel ini diteliti berdasarkan kerangka teori interpersonal tentang bunuh diri yang menekankan pentingnya kualitas koneksi sosial dalam melindungi individu dari risiko bunuh diri (Joiner, 2005). Identifikasi yang jelas terhadap kedua variabel ini memungkinkan peneliti untuk merancang instrumen pengukuran yang tepat dan melakukan analisis statistik untuk menguji hipotesis penelitian secara empiris.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan penjelasan mengenai cara mengukur suatu variabel penelitian sehingga variabel tersebut dapat diobservasi dan diukur secara empiris (Kerlinger & Lee, 2000). Definisi operasional memberikan batasan yang jelas tentang bagaimana variabel konseptual akan diukur dalam penelitian, termasuk instrumen yang digunakan, aspek-aspek yang diukur, serta cara pemberian skor (Creswell & Creswell, 2018). Dalam penelitian ini, definisi operasional diperlukan untuk mengkonkretkan variabel kualitas pertemanan dan risiko ide bunuh diri agar dapat diukur secara objektif dan sistematis.

1. Ide Bunuh Diri

Ide bunuh diri dalam penelitian ini didefinisikan sebagai pikiran, keinginan, atau perencanaan untuk mengakhiri hidup sendiri yang dialami oleh individu, baik yang pernah terjadi sepanjang hidup maupun yang dialami dalam periode waktu tertentu. Ide bunuh diri diukur menggunakan Suicidal Behaviors Questionnaire-Revised (SBQ-R) yang dikembangkan oleh Osman et al., (2001). Untuk mengidentifikasi risiko perilaku bunuh diri pada individu. Instrumen ini terdiri dari 4 item yang masing-masing mengukur aspek berbeda dari risiko bunuh diri. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi pula risiko ide bunuh diri yang dimiliki subjek.

SBQ-R mengukur empat aspek utama, yaitu: (1) ideasi dan percobaan bunuh diri seumur hidup, yang menilai riwayat pemikiran atau upaya bunuh diri yang pernah dialami subjek; (2) frekuensi ideasi bunuh diri dalam 12 bulan terakhir, yang mengukur seberapa sering subjek mengalami pikiran untuk bunuh diri dalam satu tahun terakhir; (3) ancaman bunuh diri, yang mengevaluasi apakah subjek pernah mengomunikasikan atau mengancam untuk bunuh diri; dan (4) kemungkinan melakukan percobaan bunuh diri di masa depan, yang mengukur estimasi subjektif subjek tentang kemungkinan dirinya melakukan percobaan bunuh diri (Osman et al., 2001b). Rentang skor total SBQ-R adalah 3-18, dengan cut-off score yang berbeda untuk populasi umum (≥ 7) dan populasi klinis (≥ 8) sebagai indikator risiko tinggi bunuh diri (Osman et al., 2001b).

2. Kualitas Pertemanan

Kualitas pertemanan dalam penelitian ini didefinisikan sebagai penilaian subjektif individu terhadap sejauh mana teman terdekat mereka memenuhi berbagai fungsi pertemanan yang penting dalam suatu hubungan persahabatan. Kualitas pertemanan diukur menggunakan McGill Friendship Questionnaire-Friend's Functions (MFQ-FF). MFQ-FF merupakan instrumen yang dikembangkan oleh Mendelson & Aboud (1999) untuk mengukur persepsi individu terhadap kualitas hubungan pertemanan berdasarkan fungsi-fungsi yang diberikan oleh sahabat. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi kualitas pertemanan yang dipersepsikan oleh subjek.

MFQ-FF terdiri dari 30 item yang mengukur enam aspek kualitas pertemanan, yaitu: (1) *stimulating companionship*, yang mengukur sejauh mana sahabat memberikan kebersamaan yang menyenangkan dan menghibur dalam aktivitas bersama; (2) *help*, yang menilai sejauh mana sahabat memberikan bantuan praktis dan dukungan instrumental ketika dibutuhkan; (3) *intimacy*, yang mengukur tingkat keterbukaan, kepercayaan, dan kemampuan untuk berbagi perasaan serta rahasia

pribadi dengan sahabat; (4) *reliable alliance*, yang mengevaluasi keyakinan subjek bahwa persahabatan akan bertahan dalam jangka panjang dan dapat diandalkan; (5) *self-validation*, yang mengukur sejauh mana sahabat membuat subjek merasa dihargai, penting, dan memiliki nilai; dan (6) *emotional security*, yang menilai perasaan aman secara emosional dan nyaman dalam hubungan pertemanan tersebut (Mendelson & Aboud, 1999). Setiap item menggunakan skala Likert dengan rentang skor tertentu, dan skor total diperoleh dengan menjumlahkan seluruh item. Instrumen ini telah banyak digunakan dalam penelitian pertemanan pada populasi remaja dan dewasa muda, termasuk mahasiswa, dengan properti psikometrik yang baik (Poulin & Chan, 2010).

D. Partisipan Penelitian

1. Karakteristik Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang sedang menempuh pendidikan strata satu (S1) dari berbagai universitas di Kota Malang. Pemilihan karakteristik ini didasarkan pada fakta bahwa mahasiswa merupakan populasi yang rentan mengalami masalah kesehatan mental, termasuk risiko ide bunuh diri, yang menunjukkan tren peningkatan selama beberapa tahun terakhir (Afreiza et al., 2023). Mahasiswa di Kota Malang umumnya berusia 18-24 tahun, yakni masa transisi dari remaja akhir menuju dewasa awal, di mana mereka menghadapi berbagai tantangan perkembangan dan perubahan sosial (Damayanti & Purwantini, 2025). Pada periode ini, mereka mengalami pergeseran dari ketergantungan pada keluarga menuju pembentukan hubungan pertemanan yang lebih intim dan bermakna (Shahnaaz et al., 2024). Kualitas pertemanan menjadi sangat penting karena mahasiswa sering menghabiskan waktu bersama teman sebaya dan cenderung mencari dukungan emosional dari sahabat saat menghadapi tekanan akademik maupun masalah pribadi (Nur et al., 2025). Penelitian menunjukkan bahwa hubungan pertemanan yang berkualitas dapat

berfungsi sebagai faktor protektif terhadap risiko bunuh diri melalui pemenuhan kebutuhan rasa memiliki dan mengurangi perasaan terisolasi (Afreiza et al., 2023). Pemilihan mahasiswa dari berbagai universitas di Kota Malang juga relevan karena kota ini merupakan pusat akademik dengan dinamika sosial yang khas. Fenomena kasus bunuh diri yang terjadi setiap tahun di kota ini menegaskan pentingnya memahami peran kualitas pertemanan dalam upaya pencegahan dan penanganan risiko tersebut, terutama di kalangan mahasiswa yang berada dalam fase perkembangan kritis ini.

2. Jumlah Sampel

Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik korelasi bivariat, yang bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara dua variabel, yaitu kualitas pertemanan dan risiko ide bunuh diri. Ukuran sampel yang memadai sangat penting dalam penelitian korelasional untuk memastikan bahwa hasil penelitian memiliki kekuatan statistik (*statistical power*) yang cukup untuk mendeteksi hubungan yang signifikan apabila hubungan tersebut memang ada dalam populasi (Cohen, 1992). Sampel yang terlalu kecil dapat menghasilkan kesalahan tipe II (gagal mendeteksi hubungan yang sebenarnya ada), sedangkan sampel yang terlalu besar dapat menjadi tidak efisien dari segi waktu dan biaya (Gravetter, 2018).

Dalam penelitian ini, penentuan jumlah sampel menggunakan tabel Isaac dan Michael yang merupakan salah satu metode yang banyak digunakan dalam penelitian sosial dan psikologi (Isaac & Michael, 1995). Tabel Isaac dan Michael menyediakan pedoman ukuran sampel berdasarkan ukuran populasi dan tingkat kesalahan yang dapat ditoleransi.

Lampiran 3.1 Tabel Penentuan Sample Isaac dan Michael

N	S			N	S			N	S		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
10	10	10	10	280	197	115	138	2800	537	310	247
15	15	14	14	290	202	158	140	3000	543	312	248
20	19	19	19	300	207	161	143	3500	558	317	251
25	24	23	23	320	216	167	147	4000	569	320	254
30	29	28	27	340	225	172	151	4500	578	323	255
35	33	32	31	360	234	177	155	5000	586	326	257
40	38	36	35	380	242	182	158	6000	598	329	259
45	42	40	39	400	250	186	162	7000	606	332	261
50	47	44	42	420	257	191	165	8000	613	334	263
55	51	48	46	440	265	195	168	9000	618	335	263
60	55	51	49	460	272	198	171	10000	622	336	263
65	59	55	53	480	279	202	173	15000	635	340	266
70	63	58	56	500	285	205	176	20000	642	342	267
80	71	65	62	600	315	221	187	40000	563	345	269
85	75	68	65	650	329	227	191	50000	655	346	269
90	79	72	68	700	341	233	195	75000	658	346	270
95	83	75	71	750	352	238	199	100000	659	347	270
100	87	78	73	800	363	243	202	150000	661	347	270
110	94	84	78	850	373	247	205	200000	661	347	270
120	102	89	83	900	382	251	208	250000	662	348	270
130	109	95	88	950	391	255	211	300000	662	348	270
140	116	100	92	1000	399	258	213	350000	662	348	270
150	122	105	97	1050	414	265	217	400000	662	348	270
160	129	110	101	1100	427	270	221	450000	663	348	270
170	135	114	105	1200	440	275	224	500000	663	348	270
180	142	119	108	1300	450	279	227	550000	663	348	270
190	148	123	112	1400	460	283	229	600000	663	348	270
200	154	127	115	1500	469	286	232	650000	663	348	270
210	160	131	118	1600	477	289	234	700000	663	348	270
220	165	135	122	1700	485	292	235	750000	663	348	271
230	171	139	125	1800	492	294	237	800000	663	348	271
240	176	142	127	1900	498	297	238	850000	663	348	271
250	182	146	130	2000	510	301	241	900000	663	348	271
260	187	149	133	2200	520	304	243	950000	663	348	271
270	192	152	135	2600	529	307	245	1000000	664	349	272

Berdasarkan data yang diperoleh dari website Pemerintah Kota Malang, jumlah populasi mahasiswa S1 aktif di Kota Malang adalah sebanyak 330.000 mahasiswa. Dengan menggunakan tingkat kepercayaan 95% dan tingkat kesalahan 5%, maka berdasarkan tabel Isaac & Michael (1995), jumlah sampel minimal yang diperlukan untuk penelitian ini adalah sebanyak 384 responden. Jumlah sampel ini dianggap representatif untuk dapat menggeneralisasi hasil penelitian terhadap populasi mahasiswa S1 di Kota Malang dengan tingkat akurasi

yang dapat diterima dalam penelitian ilmu sosial dan psikologi (Isaac & Michael, 1995).

Berdasarkan proses pengumpulan data yang telah dilakukan, jumlah responden yang berhasil diperoleh dalam penelitian ini adalah sebanyak 664 mahasiswa, sehingga telah melampaui jumlah sampel minimal yang direkomendasikan berdasarkan tabel Isaac dan Michael. Para responden dalam penelitian ini berasal dari beberapa perguruan tinggi di Kota Malang, di antaranya UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Universitas Brawijaya, Universitas Negeri Malang, Universitas Muhammadiyah Malang, Universitas Merdeka Malang, serta Politeknik Negeri Malang. Rincian jumlah responden dari masing-masing perguruan tinggi disajikan pada tabel berikut. Keberagaman asal perguruan tinggi tersebut menunjukkan bahwa partisipan penelitian berasal dari berbagai latar belakang institusi pendidikan tinggi di Kota Malang.

Tabel 3.1 Responden Penelitian

No	Asal Perguruan Tinggi	Jumlah
1	UIN Maulana Malik Ibrahim Malang	549
2	Universitas Brawijaya	34
3	Universitas Negeri Malang	30
4	Universitas Muhammadiyah Malang	24
5	Universitas Merdeka Malang	15
6	Politeknik Negeri Malang	12
Total		664

Berdasarkan karakteristik responden, sebagian besar partisipan merupakan mahasiswa pada semester awal, yang berada pada fase awal penyesuaian terhadap lingkungan perkuliahan. Selain itu, jika ditinjau dari jenis kelamin, responden dalam penelitian ini terdiri dari 414 mahasiswa perempuan dan 250 mahasiswa laki-laki. Karakteristik responden tersebut menunjukkan bahwa penelitian ini melibatkan mahasiswa pada tahap awal masa perkuliahan yang umumnya sedang mengalami proses adaptasi akademik maupun sosial, sehingga hubungan pertemanan menjadi salah satu aspek penting dalam kehidupan mereka.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Non-Probability* sampling dengan metode *Accidental Sampling*. *Accidental sampling* merupakan teknik pengambilan sampel di mana peneliti memilih responden berdasarkan siapa saja yang secara kebetulan ditemui atau dapat dijangkau oleh peneliti dan memenuhi kriteria sebagai partisipan penelitian (Sugiyono, 2020). Teknik ini sering digunakan dalam penelitian survei yang melibatkan populasi besar serta ketika peneliti memiliki keterbatasan dalam mengakses seluruh anggota populasi secara langsung.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif program studi S1 di Kota Malang. Pemilihan populasi se-Kota Malang bertujuan untuk memperluas cakupan penelitian serta memperoleh keragaman karakteristik responden dari berbagai perguruan tinggi dan latar belakang akademik. Dengan jumlah populasi mahasiswa yang sangat besar, yaitu sekitar 330.000 mahasiswa, penggunaan teknik *accidental sampling* memungkinkan peneliti untuk menjangkau responden yang dapat dijangkau dan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini (Khosla, 2021).

Prosedur pengambilan sampel dilakukan dengan menyebarkan kuesioner secara daring melalui platform Google Forms kepada mahasiswa S1 di Kota Malang. Penyebaran kuesioner dilakukan melalui berbagai saluran komunikasi yang terbuka seperti media sosial, grup WhatsApp, serta jaringan mahasiswa lintas perguruan tinggi. Melalui cara ini, mahasiswa yang secara kebetulan menerima dan bersedia mengisi kuesioner dapat menjadi responden penelitian selama memenuhi kriteria yang telah ditentukan. Teknik ini memungkinkan peneliti memperoleh responden dari berbagai perguruan tinggi di Kota Malang secara lebih praktis dan efisien.

Setiap partisipan yang mengikuti penelitian ini diminta untuk memberikan persetujuan secara sukarela melalui *informed consent* yang

disajikan pada bagian awal kuesioner. Informed consent tersebut memuat penjelasan mengenai tujuan penelitian, kerahasiaan data, hak partisipan, serta kebebasan untuk menghentikan partisipasi kapan saja tanpa konsekuensi tertentu. Prosedur ini dilakukan sesuai dengan prinsip etika penelitian psikologi yang ditetapkan oleh American Psychological Association (2017).

E. Alat Pengumpul Data

1. Alat ukur SBQ-R (Suicidal Behaviors Questionnaire-Revised)

Untuk mengukur risiko ide bunuh diri sebagai variabel dependen (Y), penelitian ini menggunakan Suicide Behaviors Questionnaire-Revised (SBQ-R) yang dikembangkan oleh Osman et al., (1999). SBQ-R merupakan alat ukur singkat yang dirancang untuk mengidentifikasi risiko perilaku bunuh diri pada berbagai populasi. Kuesioner ini terdiri dari 4 item yang masing-masing mengukur aspek suisidalitas yang berbeda, sehingga memberikan informasi yang komprehensif dalam waktu administrasi yang singkat (Osman et al., 2001).

Lampiran 3.2 *Blueprint* Alat ukur SBQ-R

No	Aspek/Aspek yang Diukur	Indikator	Nomor Item	Rentang Skor	Jumlah Item
1	Ideasi dan/atau Percobaan Bunuh Diri Sepanjang Hidup (Lifetime Suicidal Ideation and/or Attempt)	- Tidak pernah berpikir untuk bunuh diri - Pikiran singkat untuk bunuh diri - Memiliki rencana bunuh diri - Pernah mencoba bunuh diri	1	1-4	1
2	Frekuensi Ideasi Bunuh Diri dalam 12 Bulan Terakhir	- Tidak pernah - Jarang (1 kali) - Kadang-kadang (2 kali)	2	1-5	1

	(Frequency of Suicidal Ideation)	- Sering (3-4 kali) - Sangat sering (≥ 5 kali)			
3	Ancaman Percobaan Bunuh Diri (Threat of Suicide Attempt)	- Tidak pernah memberitahu orang lain - Pernah memberitahu sekali - Pernah memberitahu lebih dari sekali	3	1-3	1
4	Kemungkinan Perilaku Bunuh Diri di Masa Depan (Likelihood of Future Suicidal Behavior)	- Tidak pernah/tidak ada kemungkinan - Sangat tidak mungkin - Tidak mungkin - Mungkin - Cukup mungkin - Sangat mungkin	4	0-6	1
	TOTAL		4	3-18	4

Setiap item dalam SBQ-R mengukur aspek spesifik dari perilaku bunuh diri. Aspek pertama mengukur ideasi bunuh diri dan/atau percobaan bunuh diri sepanjang hidup responden dengan pilihan jawaban berkisar dari "tidak pernah" hingga "pernah mencoba bunuh diri dan benar-benar berharap untuk mati". Aspek kedua menilai frekuensi ideasi bunuh diri dalam 12 bulan terakhir dengan opsi jawaban dari "tidak pernah" hingga "sangat sering (5 kali atau lebih)". Aspek ketiga mengukur ancaman percobaan bunuh diri, sedangkan aspek keempat mengevaluasi kemungkinan perilaku bunuh diri di masa depan berdasarkan laporan diri responden dengan skala dari "tidak pernah" hingga "sangat mungkin" (Osman et al., 2001). Sistem penskoran SBQ-

R menghasilkan skor total yang berkisar antara 3 hingga 18, dengan skor yang lebih tinggi mengindikasikan risiko bunuh diri yang lebih besar.

SBQ-R memiliki properti psikometrik yang baik dengan sensitivitas dan spesifisitas yang tinggi. Untuk populasi umum dewasa, cutoff score ≥ 7 menunjukkan sensitivitas 93% dan spesifisitas 95%, sedangkan untuk mahasiswa (undergraduate college), cutoff score ≥ 7 menunjukkan sensitivitas 93% dan spesifisitas 95% dengan Area Under the Curve (AUC) sebesar 0.96 (Osman et al., 2001b). Nilai AUC yang berkisar antara 0.90-1.0 mengindikasikan kemampuan tes yang sangat baik (excellent) dalam mengklasifikasikan individu dengan dan tanpa risiko bunuh diri.

2. Alat ukur MFQ-FF (*McGill Friendship Questionnaire-Friend's*)

Untuk mengukur kualitas pertemanan sebagai variabel independen (X), penelitian ini menggunakan McGill Friendship Questionnaire-Friend's Functions (MFQ-FF) yang dikembangkan oleh Mendelson & Aboud, (1999). MFQ-FF dirancang untuk menilai sejauh mana seorang teman memenuhi fungsi-fungsi pertemanan dari perspektif responden. Instrumen ini terdiri dari 30 item yang mengukur enam aspek fungsi pertemanan, yaitu *stimulating companionship* (persahabatan yang menstimulasi), *help* (bantuan), *intimacy* (keintiman), *reliable alliance* (aliansi yang dapat diandalkan), *self-validation* (validasi diri), dan *emotional security* (keamanan emosional) (Mendelson & Aboud, 1999).

Lampiran 3 3 *Blueprint* Alat ukur MFQ-FF

Aspek	Indikator	Item	Contoh Item
Stimulating Companionship	Sahabat mampu membangun kesenangan bersama	1,2,3,4,5	Sahabat saya mampu membuat Saya tertawa.

Help	Sahabat membantu ketika ada kesulitan	6,7,8,9,10	Sahabat Saya membantu ketika Saya membutuhkannya.
Intimacy	Individu terbuka dengan sahabat.	11,13,15	Sahabat Saya adalah orang yang bisa Saya ceritakan tentang hal yang rahasia.
	Sahabat peka terhadap kebutuhan atau emosi individu	12,14	Sahabat Saya tau ketika Saya merasa kesal.
Reliable Alliance	Sahabat tetap setia berteman dengan individu.	16, 18,19	Sahabat Saya masih ingin menjalin persahabatan dengan Saya bahkan jika kita bertengkar
	Sahabat menjadi orang yang bisa diandalkan.	17,20	Meskipun orang lain tidak menyukai Saya, Sahabat Saya akan tetap menjalin persahabatan dengan Saya.
Self Validation	Sahabat membuat individu memiliki citra diri yang positif.	21,22,23, 24,25	Sahabat Saya membuat Saya merasa spesial.
Emotional Security	Sahabat membuat individu merasa nyaman dalam situasi sulit.	26,27,28, 29,30	Ketika Saya merasa gugup, Sahabat Saya akan membuat Saya merasa lebih tenang
Jumlah	30		

Setiap aspek dalam MFQ-FF diukur dengan 5 item yang dinilai menggunakan skala Likert 9 poin (0-8), dengan lima poin berlabel: 0 = tidak pernah, 2 = jarang, 4 = kadang-kadang, 6 = cukup sering, dan 8 = selalu. Aspek *stimulating companionship* mengukur aspek melakukan hal-hal yang menyenangkan dan menarik bersama teman. Aspek *help* menilai pemberian bimbingan, bantuan, dan berbagai bentuk dukungan. Aspek *intimacy* mengukur sensitivitas terhadap kebutuhan dan keterbukaan dalam mengekspresikan pikiran dan perasaan. Aspek *reliable alliance* menilai ketersediaan dan loyalitas teman. Aspek *self-validation* mengukur pemberian dukungan untuk mempertahankan citra diri yang positif, dan aspek *emotional security* menilai pemberian kenyamanan dan kepercayaan diri dalam situasi baru atau mengancam (Mendelson & Aboud, 1999).

MFQ-FF telah terbukti memiliki properti psikometrik yang baik. Analisis faktor mendukung struktur enam subskala dengan konsistensi internal yang sangat baik, ditunjukkan dengan nilai koefisien alpha Cronbach berkisar antara 0.84 hingga 0.90 untuk semua aspek (Mendelson & Aboud, 1999). Seluruh subskala menunjukkan validitas yang baik, terbukti dari kovariansi positif dengan durasi pertemanan terbaik dan korelasi yang signifikan dengan harga diri terkait pertemanan dekat. Penelitian juga menunjukkan bahwa penilaian individu terhadap pemenuhan fungsi pertemanan berkorelasi signifikan dengan perasaan positif dan kepuasan terhadap pertemanan, dengan nilai korelasi berkisar antara $r = 0.47$ hingga 0.62 ($p < 0.01$) (Mendelson & Aboud, 1999).

F. Teknik Analisis Data

Data yang telah terkumpul dalam penelitian ini akan dianalisis menggunakan bantuan program Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versi 25. Teknik analisis data yang digunakan meliputi analisis deskriptif, uji asumsi klasik, dan uji hipotesis.

1. Analisis deskriptif

Analisis deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran umum mengenai karakteristik responden dan variabel penelitian. Analisis ini meliputi perhitungan mean (rata-rata), standar deviasi, nilai minimum, dan nilai maksimum dari setiap variabel penelitian (Gravetter & Wallnau, 2017). Statistik deskriptif membantu peneliti dalam memahami distribusi data dan karakteristik sampel penelitian sebelum melakukan analisis lebih lanjut. Dalam penelitian ini, analisis deskriptif akan menggambarkan tingkat kualitas pertemanan dan tingkat risiko ide bunuh diri pada mahasiswa.

2. Uji normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah dalam model regresi, variabel residual memiliki distribusi normal atau tidak (Ghozali, 2018). Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov dengan kriteria data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi (p) > 0.05. Selain itu, normalitas juga dapat dilihat melalui analisis grafik Normal P-Plot, di mana data dikatakan normal jika titik-titik menyebar di sekitar garis diagonal dan mengikuti arah garis diagonal (Ghozali, 2018).

3. Uji hipotesis

Teknik analisis yang digunakan disesuaikan dengan hasil uji normalitas data. Jika data berdistribusi normal maka digunakan korelasi Pearson, sedangkan jika data tidak berdistribusi normal maka digunakan korelasi Spearman sebagai alternatif nonparametrik.

Koefisien korelasi berkisar antara -1 hingga +1, yang menunjukkan arah dan kekuatan hubungan antar variabel. Hipotesis penelitian diterima apabila nilai signifikansi (p) < 0,05, yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kualitas pertemanan dan ide bunuh diri. Selain analisis skor total, penelitian ini juga merencanakan analisis hubungan pada setiap aspek kualitas pertemanan dengan ide bunuh diri untuk mengetahui aspek yang menunjukkan hubungan paling kuat. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

H_1 (Hipotesis alternatif): Terdapat hubungan antara kualitas pertemanan dengan risiko ide bunuh diri pada mahasiswa.

Kriteria pengambilan keputusan dalam uji hipotesis ini adalah apabila nilai signifikansi (p) $< 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi (p) $\geq 0,05$, maka H_0 diterima dan H_1 ditolak.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Kota Malang, Jawa Timur, yang dikenal sebagai salah satu kota pendidikan di Indonesia. Kota Malang memiliki jumlah perguruan tinggi yang cukup banyak, baik negeri maupun swasta, sehingga menjadi wilayah dengan populasi mahasiswa yang heterogen dari berbagai latar belakang akademik dan sosial. Kondisi tersebut menjadikan Kota Malang sebagai lokasi yang relevan untuk penelitian yang berfokus pada mahasiswa, khususnya dalam kajian kesehatan mental dan hubungan sosial.

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa strata satu (S1) yang sedang menempuh pendidikan di berbagai perguruan tinggi di Kota Malang. Pemilihan mahasiswa S1 sebagai subjek penelitian didasarkan pada pertimbangan bahwa mahasiswa berada pada fase transisi perkembangan yang rentan terhadap tekanan akademik, sosial, dan emosional, sehingga berpotensi mengalami berbagai permasalahan psikologis, termasuk ide bunuh diri. Selain itu, pada fase ini hubungan pertemanan memiliki peran penting sebagai sumber dukungan sosial yang dapat mempengaruhi kondisi kesehatan mental mahasiswa.

Penentuan lokasi penelitian di Kota Malang juga disesuaikan dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan, yaitu *Non - Probability Sampling* dengan metode *Accidental Sampling*. Melalui metode ini, setiap mahasiswa S1 di Kota Malang yang memenuhi kriteria penelitian memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai responden. Proses pemilihan sampel dilakukan secara acak dari populasi yang telah ditentukan, tanpa mempertimbangkan latar belakang institusi pendidikan tertentu. Oleh karena itu, penelitian ini tidak membatasi responden pada satu perguruan tinggi saja, melainkan mencakup mahasiswa S1 dari berbagai perguruan

tinggi di Kota Malang yang termasuk dalam kerangka sampel penelitian. Pendekatan ini memungkinkan diperolehnya sampel yang representatif serta meminimalkan bias pemilihan, sehingga sesuai dengan tujuan penelitian untuk menggambarkan hubungan antara kualitas pertemanan dan risiko ide bunuh diri secara lebih objektif..

2. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada rentang waktu 17 Oktober 2025 hingga 3 Januari 2026. Pengumpulan data dilakukan secara online dengan menggunakan kuesioner yang disebarluaskan melalui media komunikasi WhatsApp dan Instagram kepada mahasiswa S1 yang berdomisili dan menjalani aktivitas akademik di Kota Malang. Meskipun proses pengambilan data dilakukan secara daring, lokasi penelitian secara konseptual tetap merujuk pada Kota Malang sebagai wilayah penelitian, sesuai dengan karakteristik subjek dan teknik *Accidental Sampling* yang digunakan.

B. Hasil Penelitian

1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran umum mengenai karakteristik data penelitian serta kecenderungan skor pada masing-masing variabel penelitian. Analisis ini bertujuan untuk mendeskripsikan data sebagaimana adanya tanpa melakukan pengujian hipotesis. Penyajian analisis deskriptif meliputi statistik deskriptif, kategorisasi skor berdasarkan nilai mean \pm standar deviasi, serta visualisasi data dalam bentuk diagram pie untuk memudahkan interpretasi hasil penelitian.

a) Gambaran Umum Analisis Data

Analisis deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran umum mengenai karakteristik data penelitian serta kecenderungan skor pada masing-masing variabel penelitian. Analisis ini bertujuan untuk mendeskripsikan data sebagaimana adanya tanpa melakukan pengujian hipotesis. Penyajian analisis deskriptif meliputi statistik

deskriptif, kategorisasi skor, serta visualisasi data dalam bentuk diagram pie untuk memudahkan interpretasi hasil penelitian.

b) Analisis Deskriptif Variabel Kualitas Pertemanan

Data penelitian diperoleh dari 664 responden mahasiswa S1 di Kota Malang yang memenuhi kriteria penelitian. Seluruh data yang terkumpul dinyatakan valid dan dapat diolah lebih lanjut, sehingga tidak terdapat data yang gugur dalam proses analisis. Analisis deskriptif dilakukan dengan menggunakan bantuan program *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) untuk memperoleh nilai minimum, maksimum, mean, dan standar deviasi dari masing-masing variabel penelitian.

Tabel 4.1 Statistik Deskriptif Variabel Kualitas Pertemanan

Variabel	N	Min	Max	Mean	SD
Kualitas Pertemanan	664	40	120	104.85	21.61

Berdasarkan tabel diatas, Variabel kualitas pertemanan diukur menggunakan instrumen yang terdiri dari 30 item pernyataan dengan rentang skala 1 hingga 4. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa skor rata-rata kualitas pertemanan responden berada pada nilai mean sebesar 3,26 dengan standar deviasi sebesar 0,56. Nilai minimum yang diperoleh responden adalah 1,00 dan nilai maksimum adalah 4,00. Temuan ini menunjukkan bahwa secara umum responden memiliki kualitas pertemanan yang relatif baik. Kondisi ini mencerminkan bahwa mahasiswa memiliki hubungan sosial yang suportif dan stabil. Dalam perspektif psikologi sosial, hubungan pertemanan yang berkualitas tinggi berfungsi sebagai sumber dukungan emosional dan proteksi terhadap tekanan psikologis, karena

individu merasa memiliki jaringan sosial yang dapat diandalkan (Mendelson & Aboud, 1999).

Tabel 4.2 Kategorisasi Skor Kualitas Pertemanan

Kategori	Skor
Kurang Baik (Rendah)	30-60
Cukup Baik (Sedang)	61-90
Baik (Tinggi)	91-120

Kategorisasi skor kualitas pertemanan dilakukan menggunakan Kategorisasi skor kualitas pertemanan dilakukan berdasarkan rentang skor teoritis alat ukur. Skala kualitas pertemanan terdiri dari 30 item dengan rentang skor 1–4 pada setiap item, sehingga skor teoritis total berada pada kisaran 30–120. Rentang skor tersebut dibagi menjadi tiga interval yang sama untuk mengelompokkan responden ke dalam kategori Baik, Cukup Baik, dan Baik. Pendekatan kategorisasi berdasarkan rentang teoritis ini digunakan untuk memberikan gambaran deskriptif yang proporsional sesuai struktur alat ukur tanpa mengubah skor asli responden (Pezirkianidis & Christopoulou, 2023).

Selain skor total, kategorisasi juga dilakukan pada setiap aspek kualitas pertemanan. Masing-masing aspek terdiri dari 5 item dengan rentang skor teoritis 5–20. Rentang tersebut dibagi menjadi tiga interval yang sama sehingga diperoleh kategori rendah (5–10), sedang (11–15), dan tinggi (16–20). Kategorisasi aspek bertujuan untuk memberikan gambaran deskriptif yang lebih rinci mengenai distribusi aspek-aspek kualitas pertemanan responden, sekaligus mempertahankan konsistensi interpretasi skala pengukuran (Pezirkianidis & Christopoulou, 2023).

Tabel 4.3 Distribusi Kategori Kualitas Pertemanan

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	80	12.0%

Sedang	27	4.1%
Tinggi	557	83.9%

Berdasarkan Tabel diatas, sebagian besar responden berada pada kategori tinggi (83,9%), sementara kategori sedang hanya 4,1% dan kategori rendah 12,0%. Dominasi kategori tinggi menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki kualitas pertemanan yang kuat dan suportif. Lingkungan sosial seperti ini berperan penting dalam meningkatkan rasa memiliki (*sense of belonging*) serta mengurangi potensi isolasi sosial. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial dari teman sebaya berkorelasi dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih baik pada mahasiswa (Hefner & Eisenberg, 2009; Zamroji & Oktaviana, 2025). Meskipun demikian, keberadaan kelompok kategori rendah tetap perlu diperhatikan karena menunjukkan adanya mahasiswa yang mungkin mengalami keterbatasan dukungan interpersonal.

Gambar 4.1 Distribusi Kualitas Pertemanan

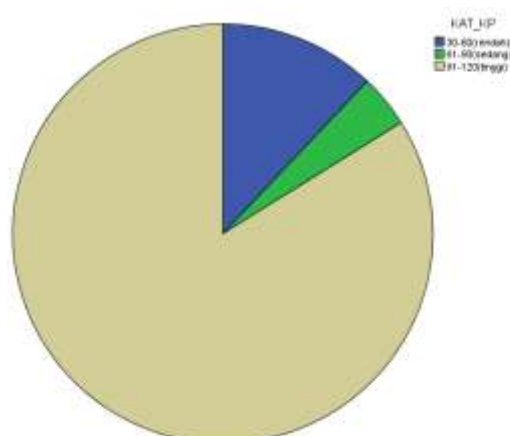


Diagram pie menunjukkan visualisasi dominasi kategori tinggi yang sangat mencolok dibanding kategori lainnya. Proporsi ini menegaskan bahwa kualitas hubungan pertemanan dalam populasi penelitian cenderung kuat dan merata. Visualisasi tersebut memperlihatkan bahwa mahasiswa secara umum berada dalam

lingkungan sosial yang protektif, yang dapat membantu mereka menghadapi tekanan akademik maupun emosional secara lebih adaptif.

c) Analisis aspek kualitas pertemanan

Tabel 4.4 Statistik Deskriptif Per Aspek

Aspek	Mean	SD
Stimulating companionship	3.28	0.58
Help	3.22	0.58
Intimacy	3.25	0.57
Reliable alliance	3.30	0.58
Self-validation	3.27	0.59
Emotional security	3.22	0.58

Analisis statistik deskriptif per aspek memberikan gambaran yang lebih mendalam mengenai aspek-aspek spesifik dari kualitas pertemanan mahasiswa. Berdasarkan tabel, seluruh aspek kualitas pertemanan menunjukkan nilai mean yang berada pada rentang tinggi (di atas 3,0 dari skala 1-4). Aspek *reliable alliance* memiliki nilai rata-rata tertinggi ($M = 3,30$, $SD = 0,65$), diikuti oleh *stimulating companionship* ($M = 3,28$, $SD = 0,63$), *self-validation* ($M = 3,28$, $SD = 0,64$), *intimacy* ($M = 3,25$, $SD = 0,70$), *emotional security* ($M = 3,22$, $SD = 0,67$), dan *help* ($M = 3,21$, $SD = 0,64$).

Tingginya skor pada aspek *Reliable Alliance* mengindikasikan bahwa mahasiswa paling kuat merasakan aspek keandalan dalam hubungan pertemanan. Menurut Mendelson & Aboud, (1999), *reliable alliance* merujuk pada keyakinan bahwa seseorang dapat mengandalkan temannya dan hubungan pertemanan tersebut akan tetap stabil meskipun menghadapi berbagai situasi sulit. Keandalan teman menciptakan rasa aman interpersonal yang sangat penting dalam menghadapi tekanan kehidupan kampus, seperti tuntutan

akademik, masalah finansial, dan transisi perkembangan menuju kedewasaan.

Aspek help dan emotional security memiliki rata-rata yang sedikit lebih rendah dibanding aspek lainnya, meskipun tetap berada dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun mahasiswa memiliki hubungan pertemanan yang baik, tingkat dukungan instrumental dan keamanan emosional masih bervariasi antarindividu. Menurut Pezirkianidis (2023), variasi dalam aspek help dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti kesediaan teman untuk memberikan bantuan konkret, ketersediaan waktu, dan kemampuan teman dalam memberikan dukungan instrumental. Sementara itu, variasi pada aspek emotional security dapat terkait dengan kepercayaan dan kenyamanan individu dalam mengekspresikan emosi negatif kepada teman.

Secara keseluruhan, keenam aspek menunjukkan pola hubungan sosial yang sehat dan multifungsional. Temuan ini sejalan dengan konseptualisasi Mendelson & Aboud (1999) yang menyatakan bahwa kualitas pertemanan yang optimal ditandai dengan terpenuhinya berbagai fungsi pertemanan secara seimbang. Penelitian Pezirkianidis (2023) juga menunjukkan bahwa tingginya skor pada keenam aspek berkorelasi positif dengan kesejahteraan psikologis dan kesehatan mental yang lebih baik pada mahasiswa.

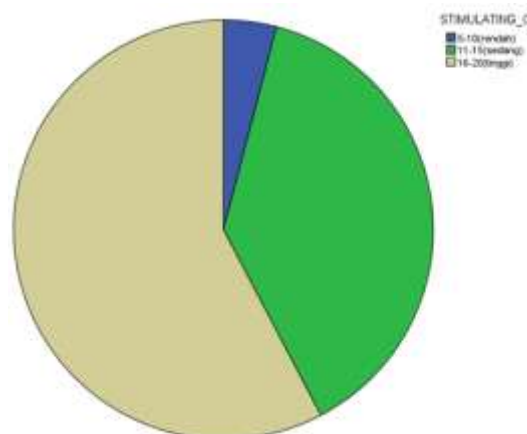
1) *Stimulating Companionship*

Tabel 4.5 Statistik Deskriptif *Stimulating companionship*

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	27	4.1%
Sedang	254	38.3%
Tinggi	383	57.7%

Aspek stimulating companionship menggambarkan sejauh mana hubungan pertemanan menyediakan aktivitas yang menyenangkan dan merangsang secara sosial. Mayoritas responden berada pada kategori tinggi (57,7%), menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki interaksi sosial yang aktif dan rekreatif. Aktivitas bersama teman berfungsi sebagai mekanisme regulasi stres alami, karena pengalaman sosial yang menyenangkan dapat menurunkan ketegangan emosional dan meningkatkan *mood* positif. Pertemanan yang kaya aktivitas sosial diketahui berperan penting dalam menjaga keseimbangan psikologis individu muda (Bukowski et al., 1994; Zamroji & Oktaviana, 2025).

Gambar 4. 2 Statistik *Stimulating Companionship*



Visualisasi diagram pie menegaskan dominasi kategori tinggi (57,7%) yang menunjukkan kuatnya dinamika sosial mahasiswa dalam aktivitas rekreatif bersama teman. Proporsi kategori sedang (29,5%) yang cukup substansial mengindikasikan bahwa sebagian mahasiswa memiliki tingkat stimulating companionship yang moderat, yang mungkin dipengaruhi oleh faktor seperti kesibukan akademik, perbedaan minat dengan teman, atau keterbatasan waktu luang.

Kelompok kategori rendah (12,8%) perlu mendapat perhatian karena mahasiswa dalam kategori ini mungkin mengalami

keterbatasan dalam aktivitas sosial yang menyenangkan, yang dapat meningkatkan risiko isolasi sosial dan kesepian. Penelitian menunjukkan bahwa kurangnya aktivitas sosial yang menyenangkan dengan teman dapat menjadi faktor risiko terhadap masalah kesehatan mental pada mahasiswa (Pezirkianidis & Christopoulou, 2023).

2) *Help*

Tabel 4.6 Statistik Deskriptif *Help*

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	30	4.5%
Sedang	278	41.9%
Tinggi	356	53.6%

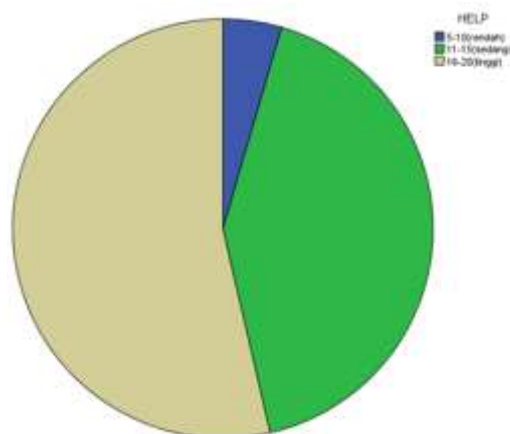
Aspek *help* mengukur persepsi responden terhadap dukungan, bantuan, dan bimbingan yang diberikan oleh teman. Hasil kategorisasi menunjukkan distribusi: kategori tinggi 50,9% (338 responden), kategori sedang 34,0% (226 responden), dan kategori rendah 15,1% (100 responden).

Meskipun kategori tinggi tetap mendominasi, proporsinya lebih rendah dibandingkan aspek lainnya. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun sebagian besar mahasiswa merasakan dukungan dari teman, terdapat variasi yang cukup signifikan dalam persepsi bantuan yang diterima. Menurut Mendelson & Aboud, (1999), aspek *help* mencakup berbagai bentuk dukungan instrumental seperti bantuan dalam tugas akademik, dukungan praktis dalam menyelesaikan masalah, dan bimbingan dalam pengambilan keputusan.

Proporsi kategori sedang yang relatif besar (34,0%) menunjukkan bahwa sepertiga mahasiswa merasakan tingkat bantuan yang moderat dari teman-teman mereka. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kesediaan teman untuk memberikan bantuan, ketersediaan waktu, dan kemampuan teman dalam

memberikan dukungan yang dibutuhkan. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan instrumental dari teman berperan penting dalam membantu mahasiswa menghadapi tuntutan akademik dan masalah sehari-hari (Pezirkianidis et al., 2023).

Gambar 4. 3 Statistik *Help*



Visualisasi diagram pie menunjukkan distribusi yang lebih merata dibandingkan aspek lainnya, dengan kategori tinggi (50,9%), sedang (34,0%), dan rendah (15,1%). Pola distribusi ini mengindikasikan adanya variasi yang cukup besar dalam persepsi mahasiswa terhadap bantuan yang diterima dari teman. Hal ini mungkin terkait dengan perbedaan dalam ekspektasi terhadap bantuan, jenis bantuan yang dibutuhkan, dan kemampuan teman dalam memberikan bantuan yang sesuai.

Kelompok kategori rendah (15,1%) yang merupakan proporsi tertinggi di antara semua aspek perlu mendapat perhatian khusus. Mahasiswa dalam kategori ini mungkin mengalami kesulitan dalam memperoleh bantuan dari teman ketika menghadapi masalah, yang dapat meningkatkan risiko stres dan kesulitan dalam mengatasi tuntutan akademik. Kleiman & Liu, (2013) menemukan bahwa kurangnya dukungan instrumental dari teman merupakan salah satu faktor risiko terhadap masalah kesehatan mental pada mahasiswa.

3) *Intimacy*

Tabel 4.7 Statistik Deskriptif *Intimacy*

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	29	4.4%
Sedang	285	42.9%
Tinggi	350	52.7%

Aspek *intimacy* mengukur sejauh mana individu merasa dapat berbagi perasaan, emosi, dan pikiran pribadi dengan teman. Hasil kategorisasi menunjukkan: kategori tinggi 54,2% (360 responden), kategori sedang 28,6% (190 responden), dan kategori rendah 17,2% (114 responden).

Dominasi kategori tinggi menunjukkan bahwa lebih dari separuh mahasiswa merasa nyaman untuk berbagi hal-hal pribadi dengan teman mereka. Menurut Selak et al., (2024), *intimacy* dalam pertemanan melibatkan keterbukaan diri (*self-disclosure*), kepercayaan, dan kenyamanan dalam mengekspresikan emosi dan pemikiran yang mendalam. Keintiman dalam pertemanan berperan penting dalam memberikan dukungan emosional dan mengurangi perasaan kesepian.

Namun, proporsi kategori rendah yang relatif tinggi (17,2%) menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa mengalami kesulitan dalam membangun keintiman dengan teman. Hal ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti ketakutan akan penolakan, pengalaman negatif sebelumnya, atau kesulitan dalam mengekspresikan emosi. Penelitian menunjukkan bahwa rendahnya keintiman dalam pertemanan dapat meningkatkan risiko kesepian dan masalah kesehatan mental (Pezirkianidis & Christopoulou, 2023).

Gambar 4.4 Statistik *Intimacy*

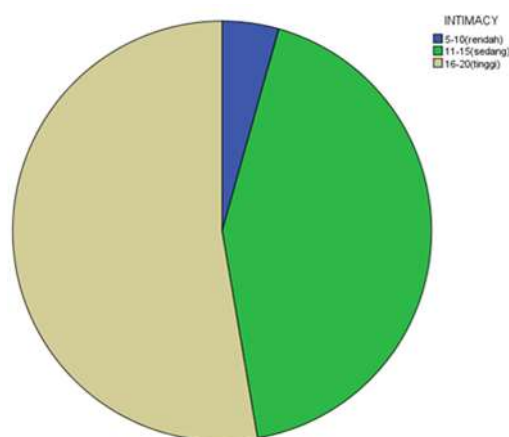


Diagram pie menunjukkan distribusi yang cukup merata dengan kategori tinggi mendominasi (54,2%), diikuti kategori sedang (28,6%) dan rendah (17,2%). Visualisasi ini mengindikasikan bahwa meskipun mayoritas mahasiswa memiliki tingkat keintiman yang baik dengan teman, terdapat variasi yang signifikan dalam kemampuan dan kenyamanan untuk berbagi hal-hal pribadi.

Proporsi kategori rendah yang tertinggi kedua setelah aspek help (17,2%) perlu menjadi perhatian. Mahasiswa dalam kategori ini mungkin mengalami hambatan dalam membangun kepercayaan dan keterbukaan dengan teman, yang dapat meningkatkan risiko isolasi emosional. Menurut Kleiman & Liu, (2013), kurangnya keintiman dalam hubungan pertemanan merupakan faktor risiko terhadap kesepian dan ide bunuh diri pada mahasiswa.

4) *Reliable Alliance*

Tabel 4.8 Statistik Deskriptif *Reliable Alliance*

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	27	4.1%
Sedang	236	35.5%
Tinggi	401	60.4%

Aspek *reliable alliance* mengukur keyakinan individu bahwa teman dapat diandalkan dan hubungan pertemanan akan tetap stabil meskipun menghadapi berbagai situasi sulit. Hasil kategorisasi menunjukkan: kategori tinggi 60,5% (402 responden), kategori sedang 27,9% (185 responden), dan kategori rendah 11,6% (77 responden).

Aspek ini memiliki proporsi kategori tinggi tertinggi kedua setelah *stimulating companionship*, dan juga memiliki mean tertinggi dalam analisis deskriptif ($M = 3,30$). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa sangat merasakan stabilitas dan keandalan dalam hubungan pertemanan mereka. Menurut Mendelson & Aboud, (1999), *reliable alliance* mencerminkan keyakinan bahwa teman akan tetap ada dan dapat diandalkan dalam berbagai situasi, termasuk ketika menghadapi konflik atau tekanan.

Tingginya skor pada aspek ini sangat penting dalam konteks kesehatan mental mahasiswa. Keyakinan bahwa teman dapat diandalkan menciptakan rasa aman interpersonal yang berperan sebagai faktor protektif terhadap stres dan masalah psikologis. Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang merasakan keandalan dalam hubungan pertemanan cenderung memiliki resiliensi yang lebih baik dalam menghadapi tekanan akademik dan kehidupan (Selak et al., 2024).

Gambar 4. 5 Statistik *Reliable Alliance*

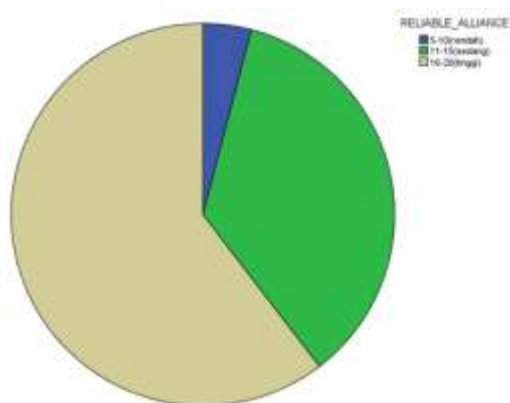


Diagram pie menunjukkan dominasi kategori tinggi (60,5%) yang kuat, dengan kategori sedang (27,9%) dan rendah (11,6%) yang relatif kecil. Visualisasi ini menegaskan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki keyakinan yang kuat terhadap keandalan teman-teman mereka. Proporsi kategori rendah yang paling kecil di antara semua aspek (11,6%) mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa merasa dapat mengandalkan teman mereka.

Meskipun demikian, kelompok kecil dalam kategori rendah tetap perlu mendapat perhatian. Mahasiswa yang tidak merasakan keandalan dalam hubungan pertemanan mungkin mengalami ketidakamanan interpersonal yang dapat meningkatkan risiko masalah kesehatan mental. Menurut teori interpersonal tentang bunuh diri (T. E. Joiner, 2005), kurangnya rasa memiliki dan koneksi interpersonal yang stabil merupakan faktor risiko utama terhadap ide bunuh diri.

5) *Self-Validation*

Tabel 4.9 Statistik Deskriptif *Self-Validation*

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	31	4.7%
Sedang	270	40.7%
Tinggi	363	54.7%

Aspek *self-validation* mengukur persepsi individu bahwa teman memberikan dukungan untuk mempertahankan citra diri yang positif dan mendorong pencapaian tujuan hidup. Hasil kategorisasi menunjukkan: kategori tinggi 58,0% (385 responden), kategori sedang 28,3% (188 responden), dan kategori rendah 13,7% (91 responden).

Dominasi kategori tinggi menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa merasakan dukungan dari teman dalam mempertahankan

harga diri dan citra diri positif. Menurut Mendelson & Aboud, (1999), *self-validation* merujuk pada persepsi bahwa teman memberikan penguatan, penerimaan, dan dorongan yang membantu individu mempertahankan pandangan positif tentang diri sendiri. Aspek ini berperan penting dalam pembentukan harga diri dan konsep diri yang sehat.

Penelitian menunjukkan bahwa validasi dari teman sebaya berperan penting dalam perkembangan harga diri pada masa dewasa awal. Kleiman dan Riskind (dalam Kleiman et al., 2014) menemukan bahwa harga diri yang dimediasi oleh dukungan sosial merupakan faktor protektif yang signifikan terhadap ide bunuh diri pada mahasiswa. Mahasiswa yang merasakan validasi dari teman cenderung memiliki harga diri yang lebih tinggi dan resiliensi yang lebih baik terhadap kritik atau kegagalan.

Gambar 4. 6 Statistik *Self-Validation*

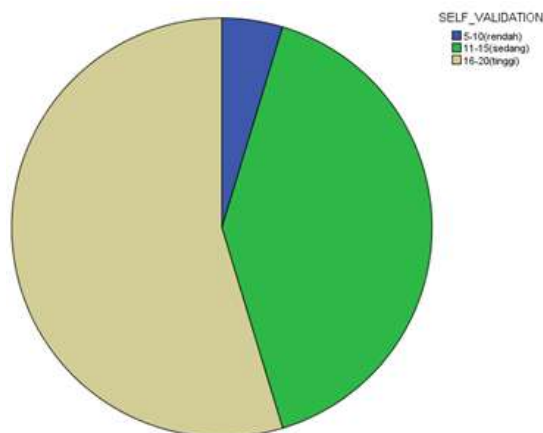


Diagram pie menunjukkan distribusi dengan kategori tinggi (58,0%), sedang (28,3%), dan rendah (13,7%). Visualisasi ini mengindikasikan bahwa meskipun mayoritas mahasiswa merasakan validasi dari teman, terdapat proporsi yang cukup signifikan pada kategori sedang dan rendah yang perlu mendapat perhatian.

Mahasiswa dalam kategori rendah (13,7%) mungkin tidak merasakan dukungan yang cukup dari teman dalam mempertahankan harga diri positif. Kondisi ini dapat meningkatkan kerentanan

terhadap masalah harga diri dan kesehatan mental. Penelitian Cross (2020) menemukan bahwa mahasiswa dengan gangguan kepribadian borderline, yang ditandai dengan harga diri yang tidak stabil, cenderung memiliki skor rendah pada aspek self-validation dalam hubungan pertemanan mereka.

6) *Emotional Security*

Tabel 4.10 Statistik Deskriptif *Emotional Security*

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	24	3.6%
Sedang	248	37.3%
Tinggi	392	59.0%

Aspek emotional security mengukur keyakinan individu bahwa hubungan pertemanan akan tetap stabil meskipun menghadapi situasi yang menimbulkan ketakutan, kecemasan, atau kemarahan. Hasil kategorisasi menunjukkan: kategori tinggi 53,5% (355 responden), kategori sedang 30,6% (203 responden), dan kategori rendah 15,9% (106 responden).

Distribusi ini menunjukkan bahwa meskipun mayoritas mahasiswa berada pada kategori tinggi, proporsi kategori rendah pada aspek ini relatif tinggi (15,9%). Menurut Fehr dan Harasymchuk (2018), emotional security melibatkan pemberian kenyamanan dan penguatan dalam situasi stres yang menyebabkan ketakutan, kecemasan, atau kemarahan. Aspek ini mencerminkan fungsi pertemanan sebagai sumber keamanan emosional ketika individu menghadapi situasi yang menantang.

Proporsi kategori sedang yang relatif besar (30,6%) mengindikasikan bahwa sebagian mahasiswa merasakan tingkat keamanan emosional yang moderat dalam hubungan pertemanan

mereka. Hal ini dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti pengalaman masa lalu dalam hubungan pertemanan, tingkat kepercayaan terhadap teman, dan kemampuan teman dalam memberikan dukungan emosional yang efektif.

Gambar 4.7 Statistik *Emotional Security*

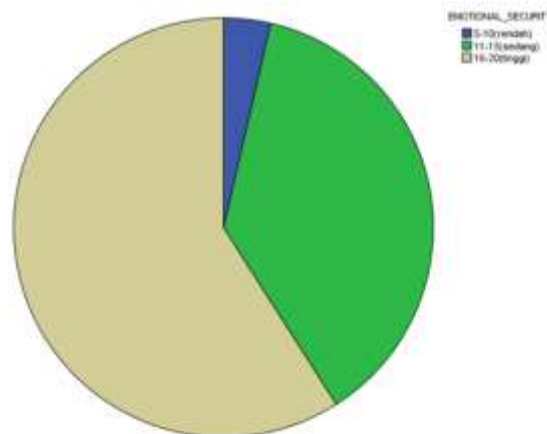


Diagram pie menunjukkan distribusi yang relatif merata dengan kategori tinggi (53,5%), sedang (30,6%), dan rendah (15,9%). Visualisasi ini mengindikasikan variasi yang cukup signifikan dalam persepsi mahasiswa terhadap keamanan emosional yang diberikan oleh teman.

Kelompok kategori rendah (15,9%) yang merupakan proporsi tertinggi ketiga perlu mendapat perhatian khusus. Mahasiswa dalam kategori ini mungkin tidak merasakan keamanan emosional yang cukup dalam hubungan pertemanan, yang dapat meningkatkan kerentanan terhadap stres dan masalah kesehatan mental. Penelitian Selak et al. (2024) menemukan bahwa keamanan emosional dalam pertemanan merupakan faktor protektif yang signifikan terhadap depresi dan ide bunuh diri pada mahasiswa selama periode penuh tekanan seperti pandemi COVID-19.

Secara keseluruhan, analisis per aspek menunjukkan bahwa meskipun mayoritas mahasiswa memiliki kualitas pertemanan yang baik pada semua aspek, terdapat variasi yang perlu diperhatikan.

Aspek help dan emotional security menunjukkan proporsi kategori rendah yang relatif lebih tinggi, yang mengindikasikan bahwa aspek dukungan instrumental dan keamanan emosional masih perlu ditingkatkan pada sebagian mahasiswa. Temuan ini memiliki implikasi penting untuk pengembangan program intervensi yang dapat meningkatkan kualitas pertemanan mahasiswa, khususnya pada aspek-aspek yang masih memerlukan penguatan.

d) Analisis Deskriptif Variabel Risiko Ide Bunuh Diri

Variabel risiko ide bunuh diri diukur menggunakan Suicidal Behaviors Questionnaire-Revised (SBQ-R) yang terdiri dari empat item dengan rentang skor total antara 3 hingga 16.

Tabel 4.11 Statistik Deskriptif Variabel Risiko Ide Bunuh Diri

Statistik	Nilai
Jumlah Responden (N)	664
Skor Minimum	3,00
Skor Maksimum	16,00
Mean	4,44
Standar Deviasi	2,62

Berdasarkan Tabel diatas, variabel risiko ide bunuh diri diukur menggunakan Suicidal Behaviors Questionnaire-Revised (SBQ-R) yang terdiri dari empat item dengan rentang skor total antara 3 hingga 18. Hasil analisis deskriptif dari 664 responden mahasiswa S1 di Kota Malang menunjukkan bahwa skor rata-rata risiko ide bunuh diri responden berada pada nilai $M = 4,44$ dengan standar deviasi $SD = 2,62$. Skor minimum yang diperoleh responden adalah 3,00 (skor terendah pada skala) dan skor maksimum adalah 16,00 (mendekati skor tertinggi 18,00 pada skala).

Nilai mean 4,44 menunjukkan bahwa secara rata-rata, mahasiswa dalam sampel penelitian memiliki tingkat risiko ide bunuh diri yang

relatif rendah. Nilai ini berada di bawah cut-off score 7 yang merupakan ambang batas untuk mengidentifikasi risiko signifikan bunuh diri pada populasi non-klinis menurut Osman et al. (2001). Hal ini mengindikasikan bahwa mayoritas mahasiswa tidak menunjukkan tanda-tanda signifikan dari pemikiran atau perilaku bunuh diri. Meskipun demikian, keberadaan skor maksimum 16,00 menunjukkan bahwa terdapat individu dalam sampel yang memiliki risiko sangat tinggi dan memerlukan perhatian serius.

Standar deviasi sebesar 2,62 mengindikasikan adanya variabilitas yang cukup besar dalam tingkat risiko ide bunuh diri di antara responden. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun rata-rata populasi berada pada tingkat risiko rendah, terdapat perbedaan substansial antarindividu. Penelitian meta-analisis oleh Mortier et al. (2018) menemukan bahwa prevalensi ide bunuh diri pada mahasiswa bervariasi secara signifikan, dengan prevalensi 12 bulan berkisar antara 10,6% dan prevalensi seumur hidup mencapai 22,3%. Variabilitas ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti tekanan akademik, masalah kesehatan mental, konflik interpersonal, dan kurangnya dukungan sosial.

Lebih lanjut, penelitian menunjukkan bahwa ide bunuh diri merupakan fenomena yang kompleks dan multifaktorial. Studi kualitatif oleh Putri (2024) pada perempuan dewasa awal menemukan bahwa ide bunuh diri dipengaruhi oleh interaksi berbagai faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi aspek biologis, demografi (usia dan jenis kelamin), psikologis, dan gaya hidup, sementara faktor eksternal mencakup pengalaman hidup negatif, lingkungan keluarga, ekonomi, pertemanan, hubungan asmara, serta teknologi dan pendidikan. Penelitian tersebut mengidentifikasi bahwa faktor pertemanan dan keluarga menjadi pengaruh terbesar terhadap ide bunuh diri pada seluruh partisipan, mengindikasikan bahwa

dinamika dari faktor tersebut memainkan peran sentral dalam pembentukan ide bunuh diri pada populasi ini.

Tabel 4. 12 Kategori skor SBQ-R

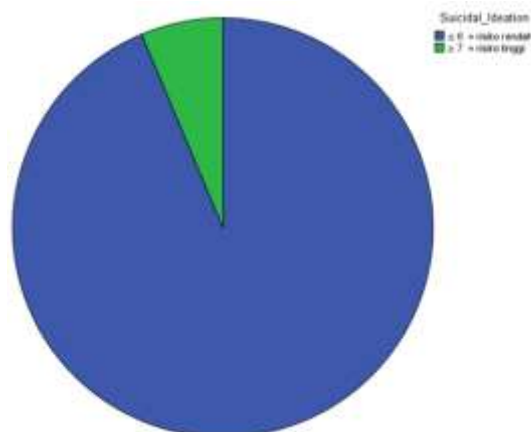
Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
Risiko Rendah	≤ 6	622	93,7%
Risiko Tinggi	≥ 7	42	6,3%

Catatan. Kategorisasi berdasarkan cut-off score SBQ-R untuk populasi non-klinis (Osman et al., 2001). N = 664.

Berdasarkan Tabel diatas, kategorisasi risiko ide bunuh diri dilakukan menggunakan cut-off score yang telah tervalidasi untuk populasi non-klinis. Osman et al., (2001) dalam studi validasi SBQ-R menemukan bahwa skor ≥ 7 merupakan ambang batas optimal untuk mengidentifikasi risiko bunuh diri pada populasi non-klinis (sensitivitas 93%, spesifisitas 95%). Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa mayoritas responden (93,7% atau 622 mahasiswa) berada pada kategori risiko rendah (skor ≤ 6), sementara 6,3% (42 mahasiswa) berada pada kategori risiko tinggi (skor ≥ 7).

Proporsi 6,3% mahasiswa dengan risiko tinggi ide bunuh diri dalam penelitian ini sejalan dengan temuan epidemiologis pada populasi mahasiswa. Penelitian meta-analisis oleh Mortier et al. (2018) yang melibatkan 36 sampel dari berbagai negara menemukan bahwa prevalensi ide bunuh diri selama 12 bulan pada mahasiswa berkisar 10,6%. Sementara itu, studi pada mahasiswa di China menunjukkan prevalensi ide bunuh diri sebesar 10,72% (Li et al., 2014), dan penelitian pada mahasiswa tahun pertama di Amerika Serikat menemukan prevalensi sekitar 6% (Arria et al., 2009). Dengan demikian, temuan penelitian ini berada dalam rentang yang konsisten dengan data epidemiologis global.

Gambar 4.8 Statistik Suicidal Ideation



Jika dilihat pada diagram pie, Meskipun proporsi mahasiswa dengan risiko tinggi relatif kecil, keberadaan kelompok ini tetap mengindikasikan adanya individu dengan kecenderungan risiko bunuh diri yang memerlukan perhatian dan intervensi segera. Penelitian menunjukkan bahwa ide bunuh diri merupakan prediktor kuat terhadap upaya bunuh diri aktual (Aqshal, 2025; Nock et al., 2008). Ribeiro et al. (2018) dalam meta-analisis longitudinal menemukan bahwa individu dengan ide bunuh diri memiliki risiko 12 kali lebih tinggi untuk melakukan upaya bunuh diri di masa depan dibandingkan mereka yang tidak memiliki ide bunuh diri. Oleh karena itu, deteksi dini dan intervensi preventif sangat penting untuk mencegah progresi dari ide bunuh diri ke upaya bunuh diri aktual.

Distribusi kategori yang timpang (93,7% vs 6,3%) juga mencerminkan pola yang umum ditemukan dalam populasi non-klinis, di mana mayoritas individu memiliki risiko rendah namun tetap terdapat subkelompok kecil dengan risiko tinggi. Penelitian oleh Huen et al. (2022) dalam validasi versi Mandarin SBQ-R pada mahasiswa di Hong Kong juga menemukan bahwa cut-off score 7 tetap efektif untuk screening risiko bunuh diri lintas budaya, dengan karakteristik psikometrik yang serupa dengan versi asli. Hal ini menunjukkan bahwa SBQ-R merupakan instrumen yang robust untuk

mengidentifikasi risiko bunuh diri pada populasi mahasiswa di berbagai konteks budaya.

e) Ringkasan Hasil Analisis Deskriptif

Secara keseluruhan, hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa mahasiswa S1 di Kota Malang memiliki kualitas pertemanan yang cenderung berada pada kategori sedang hingga tinggi, sementara tingkat risiko ide bunuh diri secara umum berada pada kategori rendah. Meskipun demikian, variasi skor pada kedua variabel menunjukkan adanya perbedaan kondisi antarresponden. Hasil analisis deskriptif ini menjadi dasar awal untuk dilakukan analisis lanjutan pada tahap pengujian hipotesis penelitian.

2. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak sebagai dasar penentuan teknik analisis statistik yang digunakan. Pada penelitian ini, uji normalitas dilakukan terhadap skor total variabel kualitas pertemanan dan risiko ide bunuh diri. Mengingat jumlah responden dalam penelitian ini berjumlah 664 responden, maka uji normalitas yang digunakan adalah Kolmogorov–Smirnov, karena uji ini sesuai untuk sampel berukuran besar ($N > 50$).

Tabel 4.13 Uji normalitas

Variabel	Statistik	df	.Sig
Kualitas Pertemanan	.091	664	.000
Risiko Ide Bunuh Diri	.352	664	.000

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa variabel kualitas pertemanan memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sedangkan variabel risiko ide bunuh diri juga memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Berdasarkan kriteria pengujian normalitas, data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kedua variabel dalam penelitian ini tidak berdistribusi normal.

Ketidaknormalan distribusi data pada penelitian dengan jumlah sampel besar merupakan hal yang umum terjadi, mengingat uji Kolmogorov–Smirnov bersifat sensitif terhadap ukuran sampel. Oleh karena itu, pengujian hipotesis dalam penelitian ini selanjutnya menggunakan uji statistik nonparametrik, yaitu korelasi Spearman, yang tidak mensyaratkan data berdistribusi normal.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kualitas pertemanan dengan risiko ide bunuh diri pada mahasiswa. Berdasarkan hasil uji normalitas yang menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal, maka teknik analisis yang digunakan adalah uji korelasi nonparametrik Spearman's rho, yang bertujuan untuk menguji keeratan dan arah hubungan antarvariabel.

Hipotesis yang diuji dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: hipotesis nol (H_0) menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara kualitas pertemanan dengan risiko ide bunuh diri pada mahasiswa, sedangkan hipotesis alternatif (H_1) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kualitas pertemanan dengan risiko ide bunuh diri pada mahasiswa.

Tabel 4.14 Uji Hipotesis

Variabel	r_s	p	N
Kualitas Pertemanan – Risiko Ide Bunuh Diri	-.655	< .01	664

Catatan. r_s = koefisien korelasi Spearman; p = nilai signifikansi (dua arah); N = jumlah responden

Berdasarkan Tabel diatas, hasil uji korelasi Spearman menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $r_s = -.655$. Nilai tersebut mengindikasikan adanya hubungan dengan arah negatif antara kualitas pertemanan dan risiko ide bunuh diri. Arah hubungan negatif menunjukkan bahwa peningkatan kualitas pertemanan diikuti oleh penurunan risiko ide bunuh diri pada mahasiswa.

Nilai signifikansi yang diperoleh adalah $p < .01$ (dua arah), yang berarti nilai probabilitas berada di bawah batas signifikansi .05. Dengan demikian, hubungan antara kedua variabel dinyatakan signifikan secara statistik. Jumlah responden yang terlibat dalam analisis ini adalah sebanyak $N = 664$ mahasiswa, sehingga hasil analisis memiliki kekuatan statistik yang memadai.

Berdasarkan kriteria interpretasi koefisien korelasi, nilai r_s sebesar $-.655$ menunjukkan bahwa hubungan antara kualitas pertemanan dan risiko ide bunuh diri berada pada kategori kuat. Oleh karena itu, hipotesis nol (H_0) yang menyatakan tidak terdapat hubungan antara kedua variabel ditolak, sedangkan hipotesis alternatif (H_1) diterima. Hal ini menunjukkan bahwa kualitas pertemanan memiliki hubungan yang signifikan dengan risiko ide bunuh diri pada mahasiswa.

4. Analisis Hubungan Per Aspek

Analisis hubungan per aspek dilakukan untuk mengetahui kontribusi masing-masing aspek kualitas pertemanan terhadap risiko ide bunuh diri pada mahasiswa. Pengujian dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman yang sesuai dengan karakteristik data penelitian yang tidak berdistribusi normal. Analisis ini memberikan gambaran deskriptif mengenai kekuatan dan arah hubungan antara enam aspek kualitas pertemanan (*stimulating companionship, help, intimacy, reliable alliance, self-validation, dan emotional security*) dengan risiko ide bunuh diri. Hasil analisis hubungan per aspek disajikan pada Tabel berikut.

Tabel 4.15 Hasil Uji Korelasi Spearman Per Aspek Kualitas Pertemanan dengan Risiko Ide Bunuh Diri

Aspek Kualitas Pertemanan	r_s	p	N	ket
<i>Stimulating Companionship</i>	$-.841^{**}$.000	664	kuat
<i>Intimacy</i>	$-.838^{**}$.000	664	kuat
<i>Reliable Alliance</i>	$-.827^{**}$.000	664	kuat
<i>Self-Validation</i>	$-.765^{**}$.000	664	kuat

Aspek Kualitas Pertemanan	rs	p	N	ket
<i>Emotional Security</i>	-.761**	.000	664	kuat
<i>Help</i>	-.741**	.000	664	kuat

Catatan. ** Korelasi signifikan pada level 0.01 (dua arah); rs = koefisien korelasi Spearman; N = jumlah responden.

Berdasarkan Tabel diatas, seluruh aspek kualitas pertemanan menunjukkan hubungan negatif yang signifikan dengan risiko ide bunuh diri pada mahasiswa. Nilai koefisien korelasi berkisar antara rs = -.741 hingga rs = -.841, dengan seluruh aspek signifikan pada level $p < .001$. Arah hubungan negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi kualitas pertemanan pada aspek tertentu, semakin rendah risiko ide bunuh diri yang dialami mahasiswa. Temuan ini mengindikasikan bahwa keenam aspek kualitas pertemanan berperan sebagai faktor protektif terhadap risiko ide bunuh diri.

Aspek *stimulating companionship* memiliki koefisien korelasi sebesar rs = -.841 ($p < .001$), menunjukkan hubungan negatif yang kuat dengan risiko ide bunuh diri. Aspek ini mengukur sejauh mana hubungan pertemanan menyediakan aktivitas yang menyenangkan dan merangsang secara sosial (Looijmans et al., 2024; Mendelson & Aboud, 1999). Kekuatan hubungan yang tinggi pada aspek ini menunjukkan bahwa keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas sosial yang menyenangkan bersama teman memiliki efek protektif yang substansial terhadap risiko ide bunuh diri. Aktivitas bersama teman berfungsi sebagai mekanisme regulasi emosi alami yang dapat menurunkan ketegangan psikologis dan meningkatkan afek positif. Ketika mahasiswa terlibat dalam interaksi sosial yang menyenangkan, mereka mengalami pengalihan perhatian dari pikiran negatif dan membangun pengalaman emosional positif yang dapat mengurangi kerentanan terhadap ide bunuh diri (Bukowski et al., 1994; Zamroji & Oktaviana, 2025).

Aspek *intimacy* menunjukkan koefisien korelasi sebesar rs = -.838 ($p < .001$), yang mengindikasikan hubungan negatif yang kuat dengan

risiko ide bunuh diri. Aspek ini mencerminkan sejauh mana individu merasa dapat berbagi perasaan, emosi, dan pikiran pribadi dengan teman (Mendelson & Aboud, 1999; Putri & Widiasmara, 2025). Kekuatan hubungan yang tinggi menunjukkan bahwa ketersediaan ruang untuk keterbukaan emosional dalam pertemanan berperan penting sebagai faktor protektif. Ketika mahasiswa merasa nyaman untuk mengekspresikan perasaan dan pemikiran yang mendalam kepada teman, mereka memiliki saluran untuk memproses emosi negatif dan mengurangi beban psikologis. Keintiman dalam pertemanan memberikan dukungan emosional yang dapat mencegah akumulasi stres psikologis yang menjadi faktor risiko ide bunuh diri. Menurut teori interpersonal bunuh diri, kurangnya koneksi interpersonal yang intim merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap perkembangan keinginan bunuh diri (Christensen et al., 2013; Kirshenbaum et al., 2024).

Aspek *reliable alliance* memiliki koefisien korelasi sebesar $r_s = -.827$ ($p < .001$), menunjukkan hubungan negatif yang kuat dengan risiko ide bunuh diri. Aspek ini mengukur keyakinan individu bahwa teman dapat diandalkan dan hubungan pertemanan akan tetap stabil meskipun menghadapi berbagai situasi sulit (Mendelson & Aboud, 1999). Keandalan dalam hubungan pertemanan menciptakan rasa aman interpersonal yang berperan sebagai buffer terhadap stres psikologis. Mahasiswa yang yakin bahwa teman mereka akan tetap ada dalam situasi sulit memiliki sumber dukungan yang dapat diandalkan ketika menghadapi krisis emosional. Keyakinan akan keandalan teman mengurangi perasaan kesepian dan isolasi sosial yang merupakan faktor risiko signifikan terhadap ide bunuh diri (Dungga et al., 2024).

Aspek *self-validation* menunjukkan koefisien korelasi sebesar $r_s = -.765$ ($p < .001$), mengindikasikan hubungan negatif yang kuat dengan risiko ide bunuh diri. Aspek ini mencerminkan persepsi individu bahwa teman memberikan dukungan untuk mempertahankan citra diri yang positif dan mendorong pencapaian tujuan hidup (Mendelson & Aboud,

1999). Validasi dari teman sebaya berperan dalam pembentukan dan pemeliharaan harga diri yang sehat. Ketika mahasiswa menerima penguatan dan penerimaan dari teman, mereka membangun pandangan positif tentang diri sendiri yang dapat melindungi dari pikiran dan perilaku bunuh diri. Penelitian menunjukkan bahwa harga diri yang dimediasi oleh dukungan sosial merupakan faktor protektif yang signifikan terhadap ide bunuh diri (Husada et al., 2025; Kleiman & Liu, 2013).

Aspek *emotional security* memiliki koefisien korelasi sebesar $r_s = -.761$ ($p < .001$), menunjukkan hubungan negatif yang kuat dengan risiko ide bunuh diri. Aspek ini mengukur keyakinan individu bahwa hubungan pertemanan akan tetap stabil meskipun menghadapi situasi yang menimbulkan ketakutan, kecemasan, atau kemarahan (Mendelson & Aboud, 1999). Keamanan emosional dalam pertemanan memberikan jaminan bahwa individu tidak akan ditinggalkan atau ditolak ketika mengekspresikan emosi negatif. Mahasiswa yang merasakan keamanan emosional dalam hubungan pertemanan memiliki ruang yang aman untuk mengekspresikan dan memproses perasaan sulit tanpa takut kehilangan dukungan sosial. Keamanan emosional ini berperan sebagai faktor protektif dengan mengurangi penumpukan stres emosional yang dapat berkontribusi pada perkembangan ide bunuh diri.

Aspek *help* menunjukkan koefisien korelasi sebesar $r_s = -.741$ ($p < .001$), mengindikasikan hubungan negatif yang kuat dengan risiko ide bunuh diri. Aspek ini mencerminkan persepsi individu terhadap dukungan, bantuan, dan bimbingan yang diberikan oleh teman (Mendelson & Aboud, 1999). Meskipun memiliki nilai korelasi yang sedikit lebih rendah dibandingkan aspek lainnya, aspek *help* tetap menunjukkan hubungan protektif yang substansial. Dukungan instrumental dari teman berperan penting dalam membantu mahasiswa mengatasi berbagai tantangan akademik dan kehidupan sehari-hari yang dapat menjadi sumber stres. Ketika mahasiswa menerima bantuan praktis

dari teman dalam menyelesaikan masalah, mereka merasa tidak sendirian dalam menghadapi kesulitan dan memiliki sumber daya sosial untuk mengatasi tekanan. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial instrumental merupakan salah satu bentuk dukungan yang berkontribusi terhadap penurunan risiko bunuh diri (Verlenden et al., 2024).

Secara keseluruhan, hasil analisis per aspek menunjukkan bahwa seluruh aspek kualitas pertemanan memiliki kontribusi protektif yang signifikan terhadap risiko ide bunuh diri pada mahasiswa. Keenam aspek menunjukkan korelasi negatif yang kuat ($r_s > 0.7$) dan signifikan secara statistik, mengindikasikan bahwa kualitas pertemanan merupakan konstruk multidimensi yang komprehensif dalam memberikan perlindungan terhadap risiko bunuh diri. Variasi dalam kekuatan hubungan antardimensi memberikan informasi mengenai aspek-aspek pertemanan yang memiliki peran protektif paling dominan, yang akan dianalisis lebih lanjut pada sub bab berikutnya.

5. Analisis Hubungan Dengan Aspek Terkuat

Analisis aspek dengan hubungan terkuat bertujuan untuk mengidentifikasi aspek kualitas pertemanan yang memiliki kontribusi protektif paling substansial terhadap risiko ide bunuh diri pada mahasiswa. Identifikasi ini dilakukan dengan membandingkan nilai koefisien korelasi absolut dari keenam aspek yang telah dianalisis sebelumnya. Aspek dengan nilai koefisien korelasi absolut tertinggi menunjukkan kekuatan hubungan paling besar dan oleh karena itu dianggap memiliki peran protektif yang paling dominan.

Tabel 4. 16 Hasil Uji Korelasi Spearman Per Aspek Terkuat Kualitas Pertemanan dengan Risiko Ide Bunuh Diri

Aspek Kualitas Pertemanan	rs	p	N
Stimulating Companionship	-.841**	.000	664
Intimacy	-.838**	.000	664
Reliable Alliance	-.827**	.000	664

Aspek Kualitas Pertemanan	rs	p	N
Self-Validation	-.765**	.000	664
Emotional Security	-.761**	.000	664
Help	-.741**	.000	664

Catatan. ** Korelasi signifikan pada level 0.01 (dua arah); rs = koefisien korelasi Spearman; N = jumlah responden.

Berdasarkan hasil analisis yang disajikan pada Tabel diatas, aspek *stimulating companionship* menunjukkan koefisien korelasi sebesar $rs = -.841$ ($p < .001$), yang merupakan nilai tertinggi di antara keenam aspek kualitas pertemanan. Temuan ini mengindikasikan bahwa *stimulating companionship* merupakan aspek dengan hubungan protektif terkuat terhadap risiko ide bunuh diri pada mahasiswa. Aspek ini diikuti oleh *Intimacy* ($rs = -.838$), *Reliable Alliance* ($rs = -.827$), *Self-Validation* ($rs = -.765$), *Emotional Security* ($rs = -.761$), dan *Help* ($rs = -.741$).

Aspek *stimulating companionship* mencerminkan sejauh mana hubungan pertemanan menyediakan aktivitas yang menyenangkan, menghibur, dan merangsang secara sosial (Mendelson & Aboud, 1999). Aspek ini mencakup keterlibatan dalam kegiatan rekreatif bersama, pengalaman yang menyenangkan, dan interaksi sosial yang memberikan stimulasi positif. Kekuatan hubungan protektif yang tinggi pada aspek ini menunjukkan bahwa keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas sosial yang menyenangkan bersama teman memiliki efek protektif yang substansial terhadap risiko ide bunuh diri.

Tingginya peran protektif *stimulating companionship* dapat dipahami melalui beberapa mekanisme psikologis. Pertama, aktivitas sosial yang menyenangkan berfungsi sebagai mekanisme regulasi emosi alami. Ketika mahasiswa terlibat dalam interaksi yang menyenangkan dengan teman, mereka mengalami peningkatan afek positif yang dapat mengimbangi emosi negatif dan mengurangi intensitas pikiran bunuh diri. Pengalaman positif dalam interaksi sosial mengaktifasi sistem reward di otak yang dapat meningkatkan mood dan mengurangi gejala

depresi yang merupakan faktor risiko utama ide bunuh diri (Bukowski et al., 1994; Vidal et al., 2024).

Kedua, aktivitas sosial yang menyenangkan memberikan pengalihan perhatian dari *ruminations* negatif dan tekanan akademik yang dialami mahasiswa. Keterlibatan dalam kegiatan rekreatif bersama teman menciptakan jeda dari *stressor* kehidupan dan memberikan ruang untuk relaksasi psikologis. Pengalihan perhatian ini dapat memutus siklus pemikiran negatif yang berkontribusi pada perkembangan ide bunuh diri (Salsabila et al., 2024).

Ketiga, aspek *stimulating companionship* mencerminkan kualitas hubungan yang aktif dan dinamis, yang mengindikasikan adanya keterlibatan sosial yang konsisten. Mahasiswa yang memiliki teman untuk melakukan aktivitas menyenangkan secara teratur memiliki struktur sosial yang stabil dan dapat diandalkan. Struktur sosial ini memberikan *sense of belonging* dan koneksi interpersonal yang merupakan kebutuhan psikologis dasar. Menurut teori interpersonal bunuh diri, kegagalan dalam memenuhi kebutuhan belongingness merupakan salah satu faktor kunci yang berkontribusi pada perkembangan keinginan bunuh diri (Berndt, 2002; Sholichah et al., 2022).

Keempat, aktivitas sosial yang menyenangkan menciptakan pengalaman dan kenangan positif yang dapat berfungsi sebagai alasan untuk hidup (*reasons for living*). Ketika mahasiswa memiliki pengalaman positif yang konsisten dengan teman, mereka membangun harapan akan pengalaman serupa di masa depan yang dapat melindungi dari pikiran bunuh diri. Penelitian menunjukkan bahwa individu dengan *reasons for living* yang kuat memiliki risiko bunuh diri yang lebih rendah meskipun menghadapi *stressor* signifikan (Testoni et al., 2021).

Meskipun *stimulating companionship* menunjukkan hubungan protektif terkuat, perbedaan nilai korelasi dengan aspek lainnya relatif kecil (perbedaan maksimal 0.1 dengan aspek terlemah). Hal ini

menunjukkan bahwa seluruh aspek kualitas pertemanan memiliki kontribusi protektif yang penting dan saling melengkapi. Aspek intimacy yang memiliki nilai korelasi mendekati stimulating companionship ($r_s = -.838$) menunjukkan bahwa keterbukaan emosional dan kedalaman hubungan juga berperan sangat penting dalam melindungi mahasiswa dari risiko bunuh diri. Demikian pula dengan aspek reliable alliance ($r_s = -.827$) yang mencerminkan stabilitas dan keandalan hubungan.

Temuan bahwa *stimulating companionship* merupakan aspek dengan hubungan protektif terkuat memberikan implikasi penting untuk pengembangan program intervensi preventif bunuh diri pada mahasiswa. Intervensi yang berfokus pada peningkatan keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas sosial yang menyenangkan dan rekreatif bersama teman dapat menjadi strategi yang efektif dalam mengurangi risiko bunuh diri. Program-program seperti kegiatan ekstrakurikuler, klub hobi, dan aktivitas rekreasi kampus dapat difasilitasi untuk meningkatkan kesempatan mahasiswa membangun hubungan pertemanan yang kaya akan aktivitas menyenangkan.

Selain itu, temuan ini juga menggarisbawahi pentingnya pendekatan holistik dalam intervensi kesehatan mental mahasiswa yang tidak hanya berfokus pada penanganan simptom psikologis tetapi juga pada penguatan faktor protektif sosial. Peningkatan kualitas pertemanan melalui fasilitasi aktivitas sosial yang menyenangkan dapat menjadi strategi preventif yang lebih dapat diterima oleh mahasiswa dibandingkan intervensi klinis, mengingat stigma yang masih ada terhadap layanan kesehatan mental. Namun demikian, pendekatan komprehensif yang memperhatikan seluruh aspek kualitas pertemanan tetap diperlukan untuk memaksimalkan efek protektif terhadap risiko bunuh diri pada mahasiswa.

C. Pembahasan

1. Hubungan kualitas pertemanan dengan ide bunuh diri

1) Tingkat kualitas pertemanan pada mahasiswa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kualitas pertemanan pada mahasiswa dalam penelitian ini berada pada kategori yang beragam. Dari total 664 partisipan mahasiswa, ditemukan bahwa mayoritas memiliki kualitas pertemanan yang tinggi (83,9%, $n = 557$), sementara sebagian kecil berada pada kategori sedang (4,1%, $n = 27$) dan rendah (12,0%, $n = 80$). Secara deskriptif, skor rata-rata kualitas pertemanan adalah 104,85 ($SD = 21,61$) dengan rentang skor berkisar antara 40 hingga 120. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa dalam penelitian ini memiliki persepsi yang positif terhadap fungsi-fungsi pertemanan yang mereka alami bersama teman dekat mereka. Namun demikian, tetap terdapat kelompok mahasiswa dengan kualitas pertemanan yang belum optimal, yang perlu mendapat perhatian lebih lanjut mengingat implikasinya terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Tingginya proporsi mahasiswa dengan kualitas pertemanan yang baik dalam penelitian ini dapat dipahami melalui beberapa perspektif teoretis dan kontekstual. Pertama, karakteristik partisipan yang mayoritas merupakan mahasiswa baru memberikan konteks penting dalam memahami temuan ini. Pada masa transisi dari sekolah menengah ke perguruan tinggi, mahasiswa baru mengalami perubahan lingkungan sosial yang signifikan dan menghadapi tuntutan adaptasi yang kompleks. Dalam kondisi tersebut, kebutuhan untuk membentuk relasi pertemanan yang berkualitas menjadi sangat mendesak sebagai bentuk mekanisme coping dan dukungan sosial (Zanirah et al., 2025). Santrock, (2016) menjelaskan bahwa pada masa emerging adulthood, individu cenderung lebih selektif dalam memilih teman dan lebih menekankan kualitas dibandingkan kuantitas dalam hubungan pertemanan. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa mahasiswa dalam penelitian ini menilai teman dekat mereka mampu memenuhi berbagai fungsi pertemanan dengan baik.

Kedua, tingginya kualitas pertemanan juga dapat dijelaskan melalui teori fungsi pertemanan yang dikemukakan oleh Mendelson dan Aboud (1999). Berdasarkan *McGill Friendship Questionnaire* yang digunakan dalam penelitian ini, kualitas pertemanan diukur melalui enam fungsi utama, yaitu *stimulating companionship* (kebersamaan yang menyenangkan), *help* (bantuan), *intimacy* (keterbukaan), *reliable alliance* (keandalan), *self-validation* (validasi diri), dan *emotional security* (keamanan emosional). Temuan bahwa mayoritas mahasiswa menilai teman mereka tinggi pada aspek-aspek ini menunjukkan bahwa relasi pertemanan mereka tidak hanya bersifat superfisial, tetapi telah berkembang menjadi hubungan yang fungsional dan saling mendukung. Hal ini penting dalam konteks perkembangan mahasiswa, di mana teman sebaya tidak hanya berfungsi sebagai sumber hiburan, tetapi juga sebagai sistem dukungan emosional, sumber validasi identitas, dan mitra dalam menghadapi berbagai tantangan akademik maupun personal (Tintori et al., 2023).

Meskipun mayoritas mahasiswa memiliki kualitas pertemanan yang tinggi, temuan bahwa 12% mahasiswa berada pada kategori rendah dan 4,1% pada kategori sedang tetap memerlukan perhatian serius. Dalam konteks penelitian ini yang dilakukan di Kota Malang, temuan ini menjadi sangat relevan mengingat tingginya angka kasus bunuh diri yang terjadi di wilayah tersebut, dengan sebagian besar korban adalah mahasiswa. Kualitas pertemanan yang rendah dapat menjadi faktor risiko bagi kesehatan mental mahasiswa karena menunjukkan minimnya dukungan sosial, keterbatasan dalam berbagi masalah, dan kurangnya validasi emosional yang dapat diperoleh dari relasi pertemanan (Bukowski et al., 1994; Julian & Basaria, 2025). Mahasiswa dengan kualitas pertemanan rendah cenderung mengalami kesulitan dalam mendapatkan bantuan praktis maupun emosional ketika menghadapi tekanan akademik, masalah personal, atau krisis psikologis.

Mengacu pada kerangka teoretis *McGill Friendship Questionnaire*, keenam aspek kualitas pertemanan yang diukur dalam penelitian ini mencerminkan aspek-aspek fundamental dari relasi pertemanan yang sehat dan fungsional. Aspek *stimulating companionship* mengukur sejauh mana teman memberikan pengalaman yang menyenangkan dan menarik dalam aktivitas bersama. Aspek *help* menilai pemberian bantuan praktis dan bimbingan dalam berbagai situasi. Aspek *intimacy* mengukur tingkat keterbukaan, sensitivitas terhadap kebutuhan satu sama lain, dan kemampuan untuk berbagi pikiran serta perasaan secara jujur. Aspek *reliable alliance* menilai ketersediaan dan loyalitas teman dalam berbagai kondisi. Aspek *self-validation* mengukur pemberian dukungan untuk mempertahankan citra diri positif melalui penguatan dan dorongan. Terakhir, aspek *emotional security* menilai pemberian rasa aman dan kepercayaan diri dalam situasi yang baru atau mengancam (Mendelson & Aboud, 1999). Analisis lebih mendalam terhadap masing-masing aspek ini akan dibahas pada sub-bab berikutnya untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang aspek-aspek spesifik kualitas pertemanan mahasiswa.

Dinamika kualitas pertemanan pada mahasiswa dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi. Faktor individual seperti keterampilan sosial, kemampuan regulasi emosi, dan karakteristik kepribadian memainkan peran penting dalam membentuk dan mempertahankan kualitas pertemanan (Berndt, 2002; Bliznashka et al., 2023). Mahasiswa dengan keterampilan komunikasi yang baik, empati yang tinggi, dan kemampuan mengelola konflik secara konstruktif cenderung mengembangkan relasi pertemanan yang lebih berkualitas. Selain itu, faktor kontekstual seperti intensitas interaksi, kesamaan minat dan nilai, serta dukungan dari lingkungan juga berkontribusi terhadap kualitas pertemanan. Dalam konteks mahasiswa, lingkungan kampus yang kondusif untuk interaksi sosial, ketersediaan ruang-ruang bersama, dan keterlibatan dalam kegiatan kemahasiswaan dapat

memfasilitasi pembentukan pertemanan yang berkualitas. Namun, tantangan seperti beban akademik yang tinggi, tekanan untuk berprestasi, dan penggunaan media sosial yang berlebihan juga dapat mempengaruhi kualitas interaksi tatap muka dan kedalaman relasi pertemanan (Mario, 2023; Sekani, 2025).

Temuan penelitian ini memiliki implikasi praktis yang penting bagi pengembangan program intervensi dan layanan konseling di perguruan tinggi. Bagi mahasiswa dengan kualitas pertemanan yang rendah, diperlukan pendampingan untuk mengembangkan keterampilan sosial dan strategi membangun relasi yang sehat. Program pelatihan keterampilan interpersonal, kelompok dukungan sebaya, dan kegiatan yang memfasilitasi interaksi sosial positif dapat menjadi alternatif intervensi yang efektif. Selain itu, pihak perguruan tinggi perlu menciptakan ekosistem kampus yang mendukung pembentukan komunitas dan jaringan pertemanan yang kuat, misalnya melalui program bimbingan akademik berbasis kelompok kecil, kegiatan orientasi yang menekankan pembentukan relasi, dan penyediaan ruang-ruang interaksi sosial yang nyaman. Mengingat peran kualitas pertemanan dalam kesehatan mental mahasiswa, skrining berkala terhadap kualitas relasi sosial mahasiswa juga dapat menjadi bagian dari sistem deteksi dini untuk mengidentifikasi mahasiswa yang berisiko mengalami kesulitan psikologis.

2) Tingkat ide bunuh diri pada mahasiswa

Pengukuran tingkat ide bunuh diri dalam penelitian ini menggunakan instrumen *Suicide Behaviors Questionnaire-Revised* (SBQ-R) yang dikembangkan oleh Osman et al., (2001). Instrumen ini terdiri dari 4 item yang mengukur spektrum perilaku bunuh diri, meliputi ideasi bunuh diri seumur hidup dan/atau percobaan bunuh diri, frekuensi ideasi bunuh diri dalam 12 bulan terakhir, ancaman bunuh diri, serta kemungkinan percobaan bunuh diri di masa depan. Rentang skor total SBQ-R berada pada kisaran 3 hingga 18, dengan skor yang

lebih tinggi mengindikasikan risiko bunuh diri yang lebih besar. Hasil analisis deskriptif terhadap 664 responden mahasiswa S1 di Kota Malang menunjukkan bahwa skor rata-rata ide bunuh diri berada pada nilai mean sebesar 4,44 dengan standar deviasi 2,62. Nilai minimum yang diperoleh adalah 3 dan nilai maksimum adalah 16. Temuan ini mengindikasikan adanya variasi yang cukup luas dalam tingkat ide bunuh diri di kalangan mahasiswa, dengan sebagian mahasiswa berada pada kategori risiko rendah sementara sebagian lainnya menunjukkan tanda-tanda risiko yang memerlukan perhatian lebih lanjut.

Kategorisasi tingkat ide bunuh diri dilakukan berdasarkan *cut-off score* yang telah divalidasi dalam studi psikometrik SBQ-R. Mengacu pada penelitian Osman et al., (2001), skor 7 atau lebih tinggi digunakan sebagai ambang batas untuk mengidentifikasi individu dengan risiko signifikan terhadap perilaku bunuh diri pada populasi umum, dengan sensitivitas 0,93 dan spesifisitas 0,95. Beberapa studi juga menggunakan kategorisasi tiga tingkat untuk memberikan gambaran yang lebih nuansa mengenai spektrum risiko bunuh diri. Berdasarkan literatur yang tersedia, kategorisasi dapat dilakukan sebagai berikut: skor 6 atau lebih rendah mengindikasikan risiko rendah, skor 7 atau lebih tinggi mengindikasikan risiko tinggi (S. George et al., 2019). Pendekatan kategorisasi ini memberikan kerangka yang lebih bernuansa untuk memahami distribusi tingkat ide bunuh diri dalam sampel penelitian, sekaligus memfasilitasi identifikasi kelompok-kelompok mahasiswa yang memerlukan intervensi dengan tingkat urgensi yang berbeda.

Temuan penelitian ini perlu dipahami dalam konteks prevalensi ide bunuh diri pada mahasiswa secara global maupun nasional. Studi-studi terdahulu menunjukkan bahwa mahasiswa merupakan populasi dengan kerentanan tinggi terhadap ide bunuh diri karena berada dalam periode transisi perkembangan yang kompleks dan menghadapi berbagai tekanan akademik, sosial, serta personal. Penelitian di Amerika Serikat

menunjukkan bahwa sekitar 12% mahasiswa melaporkan pengalaman ide bunuh diri pada suatu titik selama masa studi mereka, dengan 2,6% mengalami ide bunuh diri yang persisten atau berulang (Arria., 2010) . Lebih lanjut, data dari *Healthy Minds Study* yang melibatkan lebih dari 350.000 mahasiswa dari 286 institusi di Amerika Serikat menemukan bahwa prevalensi ide bunuh diri berkisar antara 12% (Van Meter et al., 2023). Studi sistematis terhadap mahasiswa internasional menunjukkan bahwa prevalensi ide bunuh diri bervariasi antara 5,4% hingga 28,6%, tergantung pada instrumen pengukuran, kerangka waktu, dan karakteristik sampel (Veresova et al., 2024). Variasi prevalensi yang luas ini mencerminkan kompleksitas fenomena ide bunuh diri yang dipengaruhi oleh faktor budaya, kontekstual, dan metodologis.

Dalam konteks penelitian ini, skor rata-rata ide bunuh diri sebesar 4,44 dengan standar deviasi 2,62 menunjukkan bahwa secara umum, mayoritas mahasiswa berada pada kategori risiko rendah. Nilai mean yang berada di bawah *cut-off score* 7 mengindikasikan bahwa sebagian besar responden tidak menunjukkan tanda-tanda risiko bunuh diri yang signifikan berdasarkan kriteria SBQ-R. Namun demikian, standar deviasi yang relatif tinggi (2,62) menunjukkan adanya variabilitas yang substansial dalam distribusi skor, mengindikasikan bahwa meskipun rata-rata populasi berada pada tingkat risiko rendah, terdapat sejumlah mahasiswa yang memperoleh skor jauh di atas rata-rata dan berpotensi berada pada kategori risiko sedang hingga tinggi. Temuan ini sejalan dengan literatur yang menekankan bahwa ide bunuh diri bukanlah fenomena yang bersifat *all-or-none*, melainkan berada pada suatu kontinum dengan tingkat intensitas dan persistensi yang bervariasi (Klonsky & May, 2015; Kirshenbaum et al., 2024).

Keberadaan mahasiswa dengan skor ide bunuh diri yang tinggi dalam sampel penelitian ini memiliki implikasi yang sangat penting, terutama dalam konteks Kota Malang yang telah dilaporkan memiliki angka kasus bunuh diri yang mengkhawatirkan di kalangan mahasiswa.

Meskipun proporsi mahasiswa dengan risiko tinggi mungkin relatif kecil secara persentase, dampak potensial dari ide bunuh diri yang tidak terdeteksi dan tidak tertangani dapat sangat serius, tidak hanya bagi individu yang bersangkutan tetapi juga bagi komunitas kampus secara keseluruhan. Penelitian menunjukkan bahwa ide bunuh diri merupakan prediktor kuat untuk percobaan bunuh diri di masa depan, dengan individu yang mengalami ide bunuh diri persisten memiliki risiko yang jauh lebih tinggi untuk melakukan percobaan bunuh diri dibandingkan dengan mereka yang tidak pernah atau hanya sesekali mengalami ide bunuh diri (Guo et al., 2023). Oleh karena itu, identifikasi dini terhadap mahasiswa dengan ide bunuh diri melalui skrining sistematis seperti yang dilakukan dalam penelitian ini menjadi langkah penting dalam upaya pencegahan bunuh diri di lingkungan kampus.

Analisis terhadap empat aspek yang diukur oleh SBQ-R memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang karakteristik ide bunuh diri pada mahasiswa dalam penelitian ini. Item pertama yang mengukur ideasi bunuh diri seumur hidup dan/atau percobaan bunuh diri memberikan informasi tentang riwayat pemikiran atau tindakan bunuh diri sepanjang kehidupan responden. Penelitian menunjukkan bahwa riwayat ide bunuh diri atau percobaan bunuh diri sebelumnya merupakan salah satu prediktor terkuat untuk perilaku bunuh diri di masa depan (Osman et al., 2001). Item kedua yang menilai frekuensi ideasi bunuh diri dalam 12 bulan terakhir memberikan gambaran tentang seberapa sering responden mengalami pemikiran bunuh diri dalam periode waktu yang lebih terkini. Frekuensi yang tinggi mengindikasikan persistensi ide bunuh diri yang merupakan faktor risiko signifikan. Item ketiga yang mengukur ancaman bunuh diri menilai sejauh mana responden pernah mengkomunikasikan niat bunuh diri kepada orang lain, baik secara serius maupun tidak. Komunikasi ide bunuh diri dapat menjadi *cry for help* atau indikasi keseriusan niat untuk melakukan bunuh diri. Item keempat yang mengevaluasi

kemungkinan percobaan bunuh diri di masa depan memberikan informasi tentang penilaian subjektif responden terhadap risiko mereka sendiri, yang dapat mencerminkan tingkat *hopelessness* dan determinasi untuk melakukan bunuh diri.

Dalam konteks mahasiswa, periode transisi dari sekolah menengah ke perguruan tinggi sering kali ditandai dengan perubahan signifikan dalam jaringan sosial dan sistem dukungan. Mahasiswa baru harus beradaptasi dengan lingkungan yang baru, membentuk hubungan pertemanan baru, dan seringkali mengalami perpisahan dari keluarga dan teman-teman lama. Proses adaptasi ini dapat menjadi *stressor* yang signifikan, terutama bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam membentuk koneksi sosial yang bermakna di lingkungan baru. Menurut *Interpersonal-Psychological Theory of Suicide* yang dikemukakan oleh Van Orden et al., (2010), ide bunuh diri muncul ketika individu mengalami *thwarted belongingness* (rasa tidak memiliki tempat dalam suatu komunitas) dan *perceived burdensomeness* (perasaan menjadi beban bagi orang lain). Kedua konstruk ini sangat relevan dengan pengalaman mahasiswa yang sedang dalam masa transisi, di mana mereka mungkin merasa kesulitan untuk membentuk rasa kepemilikan dalam komunitas kampus baru dan merasa menjadi beban bagi keluarga akibat tuntutan finansial dan ekspektasi akademik yang tinggi (Yolanda, 2023).

Karakteristik partisipan dalam penelitian ini yang mayoritas merupakan mahasiswa tahun pertama memberikan konteks tambahan yang penting untuk memahami temuan tingkat ide bunuh diri. Tahun pertama kuliah merupakan periode yang sangat krusial dalam pengalaman mahasiswa, di mana mereka menghadapi berbagai tuntutan adaptasi akademik, sosial, dan personal secara bersamaan. Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa tahun pertama memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami masalah kesehatan mental, termasuk ide bunuh diri, dibandingkan dengan mahasiswa tingkat lanjut (Arria et al.,

2009). Hal ini dapat dijelaskan melalui akumulasi *stressor* yang dihadapi mahasiswa baru, termasuk penyesuaian terhadap standar akademik yang lebih tinggi, pembentukan identitas diri yang lebih mandiri, pengelolaan keuangan pribadi untuk pertama kalinya, dan navigasi terhadap hubungan sosial yang baru (Putri, 2024). Dalam konteks Kota Malang sebagai salah satu kota pendidikan utama di Indonesia, mahasiswa juga sering kali mengalami perpindahan geografis yang jauh dari rumah, menambah kompleksitas tantangan adaptasi yang mereka hadapi.

Temuan penelitian ini memiliki implikasi praktis yang signifikan untuk pengembangan program pencegahan bunuh diri di lingkungan perguruan tinggi. Pertama, hasil skrining menggunakan SBQ-R menunjukkan bahwa instrumen ini efektif untuk mengidentifikasi mahasiswa dengan risiko bunuh diri dalam populasi umum mahasiswa. Implementasi skrining rutin menggunakan SBQ-R, khususnya pada mahasiswa tahun pertama, dapat menjadi strategi deteksi dini yang efisien dan praktis. Dengan hanya 4 item dan waktu pengisian sekitar 5 menit, SBQ-R tidak memberikan beban administratif yang berat namun dapat memberikan informasi yang sangat berharga untuk identifikasi mahasiswa yang memerlukan intervensi lebih lanjut. Kedua, temuan bahwa sebagian mahasiswa berada pada kategori risiko sedang hingga tinggi menekankan perlunya sistem rujukan yang terstruktur untuk menghubungkan mahasiswa berisiko dengan layanan kesehatan mental yang sesuai. Perguruan tinggi perlu memastikan ketersediaan layanan konseling yang aksesibel, terjangkau, dan memiliki kapasitas untuk menangani kasus-kasus dengan risiko bunuh diri.

Program pencegahan bunuh diri di kampus perlu dirancang dengan pendekatan *multi-level* yang mencakup strategi universal, selektif, dan indikasi. Pada level universal, kampus dapat mengimplementasikan program peningkatan kesadaran tentang kesehatan mental, pengurangan stigma terkait pencarian bantuan profesional, dan promosi

faktor-faktor protektif seperti keterampilan coping, resiliensi, dan pembentukan koneksi sosial yang positif. Program orientasi mahasiswa baru dapat didesain untuk tidak hanya memperkenalkan aspek akademik tetapi juga memfasilitasi pembentukan hubungan pertemanan yang suportif dan memberikan informasi tentang sumber daya kesehatan mental yang tersedia. Pada level selektif, intervensi dapat ditargetkan pada kelompok mahasiswa dengan faktor risiko tertentu, seperti mahasiswa dengan riwayat gangguan mental, mahasiswa yang mengalami tekanan akademik ekstrem, atau mahasiswa yang mengalami kesulitan adaptasi sosial. Program *peer support*, kelompok dukungan, dan pelatihan keterampilan manajemen stres dapat menjadi komponen efektif dalam strategi pencegahan selektif. Pada level indikasi, mahasiswa yang teridentifikasi memiliki ide bunuh diri melalui skrining atau rujukan memerlukan assessment komprehensif dan intervensi klinis yang disesuaikan dengan tingkat risiko dan kebutuhan individual mereka.

Keberhasilan program pencegahan bunuh diri di kampus memerlukan kolaborasi lintas sektor yang melibatkan berbagai pemangku kepentingan. Pimpinan perguruan tinggi perlu memberikan komitmen institusional yang kuat terhadap kesehatan mental mahasiswa melalui alokasi sumber daya yang memadai, pengembangan kebijakan yang mendukung, dan penciptaan budaya kampus yang peduli terhadap kesejahteraan psikologis. Fakultas dan staf akademik memainkan peran penting dalam mendeteksi tanda-tanda kesulitan pada mahasiswa dan memberikan rujukan ke layanan yang sesuai. Pelatihan *gatekeeper* untuk fakultas, staf, dan mahasiswa senior dapat meningkatkan kemampuan komunitas kampus untuk mengidentifikasi dan merespons mahasiswa yang berisiko. Pusat konseling dan layanan kesehatan mental kampus perlu dilengkapi dengan profesional yang terlatih dalam assessment dan manajemen risiko bunuh diri, serta memiliki protokol yang jelas untuk penanganan krisis. Kerjasama

dengan layanan kesehatan mental di komunitas juga penting untuk memastikan kontinuitas perawatan bagi mahasiswa yang memerlukan intervensi intensif di luar kapasitas layanan kampus.

Meskipun penelitian ini memberikan gambaran penting tentang tingkat ide bunuh diri pada mahasiswa di Kota Malang, beberapa keterbatasan perlu dipertimbangkan dalam interpretasi hasil. Desain *cross-sectional* penelitian ini tidak memungkinkan untuk menarik kesimpulan kausal atau memahami dinamika perubahan ide bunuh diri dari waktu ke waktu. Penelitian longitudinal yang mengikuti kohort mahasiswa dari tahun pertama hingga lulus akan memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang trajektori ide bunuh diri dan faktor-faktor yang mempengaruhi peningkatan atau penurunan risiko sepanjang masa studi. Penelitian masa depan dapat menggunakan metode sampling yang lebih representatif untuk meningkatkan generalisabilitas temuan. Ketiga, pengukuran ide bunuh diri menggunakan instrumen *self-report* dapat dipengaruhi oleh *social desirability bias* atau kurangnya *insight* responden terhadap kondisi mereka sendiri. Kombinasi metode *self-report* dengan interview klinis atau observasi perilaku dapat memberikan validasi tambahan terhadap temuan.

Secara keseluruhan, tingkat ide bunuh diri pada mahasiswa dalam penelitian ini menunjukkan pola yang sejalan dengan temuan-temuan dari studi internasional, dengan mayoritas mahasiswa berada pada kategori risiko rendah namun terdapat variabilitas yang menunjukkan keberadaan kelompok mahasiswa dengan risiko yang lebih tinggi. Temuan ini menegaskan pentingnya pendekatan pencegahan bunuh diri yang komprehensif dan bertingkat di lingkungan perguruan tinggi, yang mencakup deteksi dini melalui skrining, pengembangan faktor protektif melalui program universal, dan penyediaan intervensi yang disesuaikan bagi mahasiswa berisiko. Dalam konteks penelitian ini yang mengeksplorasi hubungan antara kualitas pertemanan dan ide bunuh

diri, pemahaman terhadap tingkat ide bunuh diri menjadi fondasi penting untuk menganalisis bagaimana faktor interpersonal, khususnya kualitas hubungan pertemanan, dapat berfungsi sebagai faktor protektif atau risiko dalam dinamika ide bunuh diri pada mahasiswa. Penelitian lanjutan yang mengintegrasikan perspektif longitudinal, multi-metode, dan multi-level akan memberikan kontribusi yang lebih mendalam terhadap pemahaman fenomena kompleks ini dan pengembangan strategi intervensi yang lebih efektif dan berbasis bukti.

3) Hubungan variabel kualitas pertemanan dengan ide bunuh diri

Hasil analisis korelasi Spearman menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara kualitas pertemanan dengan ide bunuh diri pada mahasiswa ($rs = -.655, p < .000$). Koefisien korelasi sebesar $-.655$ mengindikasikan kekuatan hubungan yang kuat ($rs > 0.6$) dengan arah negatif, yang bermakna bahwa semakin tinggi kualitas pertemanan yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah risiko ide bunuh diri yang dialami. Sebaliknya, mahasiswa dengan kualitas pertemanan yang rendah cenderung memiliki risiko ide bunuh diri yang lebih tinggi. Nilai signifikansi yang sangat kecil ($p < .000$) menunjukkan bahwa hubungan ini bukan terjadi karena faktor kebetulan, melainkan mencerminkan pola yang konsisten dan dapat digeneralisasi pada populasi mahasiswa yang lebih luas. Temuan ini mengonfirmasi hipotesis penelitian bahwa kualitas pertemanan berhubungan signifikan terhadap ide bunuh diri pada mahasiswa, dengan arah hubungan negatif sebagaimana diprediksi berdasarkan kerangka teoretis yang digunakan.

Kekuatan hubungan yang sangat tinggi antara kualitas pertemanan dan ide bunuh diri dapat dipahami melalui kerangka *Interpersonal-Psychological Theory of Suicide* yang dikemukakan oleh Van Orden et al. (2010). Teori ini menegaskan bahwa ide bunuh diri muncul ketika individu mengalami dua kondisi psikologis yang saling berinteraksi, yaitu *thwarted belongingness* (rasa tidak memiliki tempat dalam suatu

komunitas) dan *perceived burdensomeness* (perasaan menjadi beban bagi orang lain). Kualitas pertemanan yang tinggi berperan sebagai faktor protektif yang kuat karena secara langsung mengatasi kedua konstruk inti dalam teori tersebut. Pertama, pertemanan yang berkualitas memenuhi kebutuhan dasar manusia akan *belongingness* atau rasa memiliki (Roziqi & Afandi, 2025). Ketika mahasiswa memiliki teman yang memberikan dukungan emosional, menunjukkan kepedulian, dan menciptakan rasa diterima, mereka mengalami koneksi interpersonal yang bermakna yang melindungi dari perasaan kesepian dan isolasi sosial. Kedua, pertemanan yang berkualitas mengurangi *perceived burdensomeness* melalui validasi bahwa keberadaan individu memiliki nilai dan kontribusi positif dalam kehidupan orang lain. Teman yang memberikan apresiasi, menunjukkan bahwa mereka menghargai hubungan, dan mengkomunikasikan pentingnya kehadiran individu, secara efektif menangkal keyakinan maladaptif bahwa diri sendiri merupakan beban bagi orang lain (Anggawira & Setiasih, 2025).

Mekanisme psikologis yang mendasari hubungan protektif antara kualitas pertemanan dan ide bunuh diri berlangsung melalui jalur-jalur yang saling berkaitan dan memperkuat. Jalur pertama adalah melalui penyediaan dukungan emosional yang berfungsi sebagai *buffer* atau penyangga terhadap stres psikologis. Mahasiswa yang memiliki pertemanan berkualitas tinggi memiliki akses terhadap sistem dukungan yang dapat membantu mereka mengatur emosi negatif, memvalidasi pengalaman emosional mereka, dan memberikan perspektif alternatif ketika menghadapi kesulitan. Proses berbagi pengalaman emosional dengan teman yang responsif dan empatik memfasilitasi regulasi emosi yang adaptif dan mencegah akumulasi tekanan psikologis yang dapat berkontribusi pada perkembangan ide bunuh diri (Berndt, 2002; Verlenden et al., 2024). Jalur kedua beroperasi melalui peningkatan harga diri dan *self-worth*. Ketika mahasiswa menerima validasi, penguatan positif, dan apresiasi dari

teman-teman mereka, mereka mengembangkan pandangan yang lebih positif tentang diri sendiri. Harga diri yang sehat berfungsi sebagai faktor protektif yang kuat terhadap ide bunuh diri karena individu dengan *self-worth* yang tinggi cenderung memiliki harapan yang lebih besar tentang masa depan dan lebih mampu mengatasi kegagalan atau kesulitan tanpa mengalami *hopelessness* yang ekstrem (Kirshenbaum et al., 2024; Kleiman et al., 2013).

Jalur ketiga melibatkan proses kognitif terkait *cognitive restructuring* dan pemberian perspektif alternatif. Teman yang berkualitas dapat membantu mahasiswa menantang pemikiran negatif yang terdistorsi, menawarkan interpretasi yang lebih realistis terhadap situasi sulit, dan membantu mengidentifikasi solusi untuk masalah yang dihadapi. Interaksi dengan teman yang suportif memberikan kesempatan untuk mengekspresikan pikiran dan perasaan dalam lingkungan yang aman, yang memungkinkan individu untuk memproses pengalaman traumatis atau stressful dengan cara yang lebih konstruktif. Proses ini sangat penting karena *cognitive distortions* seperti *overgeneralization*, *catastrophizing*, dan *all-or-nothing thinking* merupakan karakteristik umum dari individu yang mengalami ide bunuh diri (Bliznashka et al., 2023; Kar et al., 2017). Jalur keempat beroperasi melalui peningkatan *behavioral activation* dan partisipasi dalam aktivitas positif. Pertemanan yang berkualitas seringkali melibatkan keterlibatan dalam aktivitas sosial yang menyenangkan dan bermakna, yang memberikan pengalaman positif dan meningkatkan mood. Aktivitas bersama teman menciptakan *positive reinforcement* yang dapat menangkal anhedonia dan penarikan sosial yang sering menyertai depresi dan ide bunuh diri. Lebih lanjut, keterlibatan sosial yang teratur memberikan struktur dalam kehidupan sehari-hari dan menciptakan alasan untuk terus hidup yang berbasis pada hubungan interpersonal yang bermakna (Testoni et al., 2021).

Temuan penelitian ini menunjukkan pola yang berbeda dengan hasil penelitian Tandiono et al. (2020) yang melaporkan bahwa kualitas hubungan pertemanan tidak berperan signifikan terhadap ide bunuh diri ketika dianalisis secara terpisah pada remaja korban *bullying*. Dalam penelitian tersebut, keberfungsian keluarga terbukti memiliki peran yang jauh lebih besar ($\beta = -0.409, p < .001$) dibandingkan kualitas hubungan pertemanan yang menunjukkan peran positif namun kecil ($\beta = 0.090, p < .05$) dalam model regresi berganda. Perbedaan temuan ini dapat dijelaskan melalui beberapa faktor kontekstual dan metodologis. Pertama, perbedaan karakteristik sampel merupakan faktor kunci. Penelitian Tandiono et al. (2020) berfokus pada remaja korban *bullying* yang merupakan populasi dengan trauma interpersonal spesifik yang dapat mengubah dinamika hubungan pertemanan. Remaja yang mengalami *bullying* mungkin mengembangkan kesulitan dalam mempercayai teman sebaya dan mengalami peningkatan kewaspadaan terhadap penolakan sosial, yang dapat mengurangi efektivitas dukungan dari teman (Putri & Widiastara, 2025; Wolke & Lereya, 2015). Sebaliknya, penelitian ini melibatkan mahasiswa dalam populasi umum yang tidak spesifik mengalami trauma *bullying*, sehingga dinamika pertemanan dapat berfungsi lebih optimal sebagai sumber dukungan dan faktor protektif.

Kedua, perbedaan tahap perkembangan antara remaja madya (usia 15-16 tahun) yang menjadi fokus penelitian Tandiono et al. (2020) dan mahasiswa (mayoritas *emerging adults* usia 18-22 tahun) dalam penelitian ini menciptakan konteks yang berbeda untuk peran pertemanan. Menurut Santrock (2016), masa *emerging adulthood* ditandai dengan peningkatan signifikan dalam kedalaman dan kualitas hubungan pertemanan. Mahasiswa cenderung lebih selektif dalam memilih teman dan lebih menekankan kualitas dibandingkan kuantitas dalam hubungan pertemanan. Pada tahap perkembangan ini, pertemanan telah berevolusi dari sekadar aktivitas bersama menjadi

hubungan yang lebih intim dengan tingkat *self-disclosure* dan dukungan emosional yang lebih tinggi. Pergeseran ini membuat kualitas pertemanan memiliki dampak yang lebih besar terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa dibandingkan pada remaja yang lebih muda. Lebih lanjut, mahasiswa mengalami peningkatan kemandirian dari keluarga dan menghabiskan lebih banyak waktu dengan teman sebaya, yang memperkuat peran pertemanan sebagai sumber dukungan sosial utama (Laursen & Veenstra, 2021).

Ketiga, perbedaan instrumen pengukuran kualitas pertemanan yang digunakan dalam kedua penelitian dapat berkontribusi pada perbedaan hasil. Tandiono et al. (2020) menggunakan *Friendship Quality Scale* (FQS) yang dikembangkan oleh Bukowski et al. (1994), sementara penelitian ini menggunakan *McGill Friendship Questionnaire-Friend's Functions* (MFQ-FF) yang dikembangkan oleh Mendelson & Aboud (1999). Meskipun kedua instrumen mengukur konstruk yang sama, mereka memiliki perbedaan dalam aspek dan fokus pengukuran. FQS lebih menekankan pada aspek struktural pertemanan seperti *companionship*, *conflict*, *help*, *security*, dan *closeness*, sedangkan MFQ-FF menggunakan pendekatan fungsional yang mengukur sejauh mana teman memenuhi fungsi-fungsi spesifik seperti *stimulating companionship*, *help*, *intimacy*, *reliable alliance*, *self-validation*, dan *emotional security*. Pendekatan fungsional yang digunakan dalam MFQ-FF mungkin lebih sensitif dalam menangkap aspek-aspek kualitas pertemanan yang secara langsung relevan dengan mekanisme protektif terhadap ide bunuh diri, khususnya aspek *self-validation* dan *reliable alliance* yang secara teoritis sangat terkait dengan konstruk *thwarted belongingness* dan *perceived burdensomeness* dalam teori bunuh diri interpersonal.

Keempat, konteks *stressor* yang dihadapi kedua populasi berbeda secara kualitatif. Remaja korban *bullying* mengalami trauma interpersonal yang berasal dari lingkungan teman sebaya itu sendiri,

yang dapat menciptakan ambivalensi terhadap hubungan pertemanan dan mengurangi kepercayaan terhadap efektivitas dukungan dari teman. Tandiono et al. (2020) menjelaskan bahwa dalam konteks *bullying*, proses berbagi cerita dengan teman justru dapat memperkuat kesadaran terhadap ketidakadilan yang dialami dan memicu penguatan afeksi negatif (*co-rumination*), yang dapat meningkatkan risiko ide bunuh diri. Proses ini juga dapat meningkatkan gejala depresi dan kecemasan, terutama ketika melibatkan fokus berulang pada aspek negatif dari suatu masalah tanpa mencapai resolusi (Salsabila et al., 2024). Sebaliknya, mahasiswa dalam penelitian ini menghadapi *stressor* yang lebih beragam seperti tekanan akademik, transisi kehidupan, dan tantangan perkembangan identitas yang tidak spesifik berasal dari trauma interpersonal. Dalam konteks ini, teman dapat berfungsi lebih efektif sebagai sumber dukungan karena tidak terkait dengan sumber *stressor* itu sendiri.

Temuan penelitian ini memiliki implikasi teoretis yang penting untuk pemahaman tentang peran dukungan sosial dalam pencegahan bunuh diri. Pertama, hasil ini memperkuat validitas *Interpersonal-Psychological Theory of Suicide* khususnya dalam konteks mahasiswa, dengan menunjukkan bahwa konstruk yang mengatasi *thwarted belongingness* dan *perceived burdensomeness* (dalam hal ini kualitas pertemanan) memiliki asosiasi yang kuat dengan ide bunuh diri. Kekuatan hubungan yang tinggi ($r_s = -.655$) memberikan bukti empiris yang mendukung proposisi teori bahwa kebutuhan interpersonal yang terpenuhi merupakan faktor protektif yang fundamental terhadap risiko bunuh diri. Kedua, temuan ini berkontribusi pada literatur tentang faktor protektif dalam kesehatan mental mahasiswa dengan mengidentifikasi kualitas pertemanan sebagai salah satu faktor yang memiliki efek protektif paling kuat. Dalam konteks di mana mahasiswa mengalami berbagai *stressor* akademik dan transisi perkembangan yang signifikan, kualitas pertemanan muncul sebagai *resilience factor*

yang sangat penting yang dapat memoderasi dampak negatif dari *stressor* tersebut terhadap kesehatan mental.

Dari perspektif praktis, temuan ini memberikan landasan yang kuat untuk pengembangan program intervensi preventif bunuh diri di perguruan tinggi yang berbasis pada penguatan kualitas pertemanan. Program-program yang memfasilitasi pembentukan dan pemeliharaan hubungan pertemanan yang berkualitas dapat menjadi strategi pencegahan yang efektif dan dapat diterima oleh mahasiswa. Berbeda dengan intervensi klinis yang mungkin menghadapi hambatan stigma, program yang berfokus pada peningkatan kualitas hubungan sosial dapat diintegrasikan ke dalam aktivitas kampus yang regular dan dipersepsikan sebagai bagian normal dari pengalaman mahasiswa. Beberapa pendekatan intervensi yang dapat dikembangkan berdasarkan temuan ini mencakup program *peer support* terstruktur di mana mahasiswa senior yang terlatih memberikan dukungan dan mentoring kepada mahasiswa baru, memfasilitasi pembentukan hubungan pertemanan yang suportif sejak awal masa studi. Program *social skills training* yang membantu mahasiswa mengembangkan keterampilan yang diperlukan untuk membangun dan mempertahankan pertemanan yang berkualitas, seperti keterampilan komunikasi, empati, *conflict resolution*, dan *emotional support* juga dapat berkontribusi pada peningkatan kualitas pertemanan mahasiswa.

Lebih lanjut, pengembangan komunitas dan aktivitas ekstrakurikuler yang memfasilitasi interaksi sosial positif dapat menjadi strategi preventif yang efektif. Perguruan tinggi dapat menciptakan berbagai kesempatan untuk mahasiswa terlibat dalam aktivitas bersama yang bermakna, seperti klub hobi, organisasi kemahasiswaan, kegiatan *volunteer*, atau proyek kolaboratif yang tidak hanya memberikan pengalaman positif tetapi juga memfasilitasi pembentukan hubungan pertemanan yang didasarkan pada minat dan nilai yang sama. Pendekatan *asset-based* ini yang berfokus pada

pengembangan kekuatan dan sumber daya positif daripada sekadar mengatasi defisit dapat lebih efektif dalam meningkatkan kesejahteraan mahasiswa secara keseluruhan. Program orientasi mahasiswa baru juga perlu dirancang ulang untuk tidak hanya memperkenalkan aspek akademik tetapi juga secara eksplisit memfasilitasi pembentukan koneksi sosial yang bermakna. Penelitian menunjukkan bahwa masa transisi awal ke perguruan tinggi merupakan periode kritis di mana pembentukan hubungan pertemanan yang kuat dapat memiliki dampak jangka panjang terhadap kesejahteraan dan retensi mahasiswa (Arria et al., 2009; Salsabila et al., 2024).

Institusi perguruan tinggi juga perlu menciptakan infrastruktur fisik dan sosial yang mendukung interaksi sosial berkualitas. Penyediaan ruang-ruang bersama yang nyaman dan mengundang, seperti *lounge* mahasiswa, area belajar kolaboratif, dan ruang rekreasi dapat memfasilitasi pertemuan informal dan interaksi spontan yang merupakan fondasi dari pembentukan pertemanan (Setiasih, 2025). Lebih dari itu, kebijakan institusi yang fleksibel yang mengakui pentingnya keseimbangan antara tuntutan akademik dan kebutuhan sosial mahasiswa dapat menciptakan lingkungan yang lebih kondusif untuk pengembangan hubungan pertemanan yang berkualitas. Hal ini termasuk menghindari jadwal yang terlalu padat yang membatasi waktu mahasiswa untuk berinteraksi sosial, serta menciptakan budaya kampus yang menghargai kesejahteraan holistik mahasiswa, bukan hanya pencapaian akademik semata (Verlenden et al., 2024).

Untuk mahasiswa yang telah mengalami kesulitan dalam membentuk atau mempertahankan pertemanan yang berkualitas, layanan konseling individual atau kelompok dapat membantu mengidentifikasi dan mengatasi hambatan yang mereka hadapi. Konseling dapat membantu mahasiswa mengembangkan *insight* tentang pola hubungan interpersonal mereka, mengatasi kecemasan sosial atau trauma masa lalu yang menghambat pembentukan

pertemanan, dan mengembangkan keterampilan serta kepercayaan diri yang diperlukan untuk membangun hubungan yang sehat. Pendekatan terapi seperti *Interpersonal Psychotherapy* (IPT) yang secara khusus berfokus pada peningkatan fungsi interpersonal dan penyelesaian masalah relasional dapat menjadi modalitas yang efektif untuk mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam hubungan pertemanan yang berkontribusi pada risiko bunuh diri mereka. Lebih lanjut, program *group therapy* yang menyediakan lingkungan yang aman dan terstruktur untuk mahasiswa berlatih keterampilan sosial dan membentuk koneksi dengan orang lain yang mengalami kesulitan serupa dapat menjadi intervensi yang sangat bermanfaat.

Implementasi intervensi yang efektif memerlukan pendekatan *multi-level* yang melibatkan berbagai pemangku kepentingan dalam komunitas kampus. Pada level universal, kampus dapat mengimplementasikan kampanye kesadaran yang mempromosikan pentingnya kualitas pertemanan untuk kesehatan mental dan memberikan informasi tentang cara membangun dan mempertahankan pertemanan yang sehat. Pada level selektif, program dapat ditargetkan pada kelompok mahasiswa yang berisiko mengalami kesulitan dalam membentuk pertemanan, seperti mahasiswa internasional, mahasiswa yang pindah dari luar kota, atau mahasiswa dengan karakteristik yang membuatnya minoritas dalam komunitas kampus (Anggawira & Setiasih, 2025). Pada level indikasi, intervensi intensif dapat disediakan untuk mahasiswa yang telah mengalami isolasi sosial yang signifikan atau yang telah menunjukkan tanda-tanda awal ide bunuh diri. Koordinasi antara berbagai unit dalam institusi, termasuk layanan kemahasiswaan, pusat konseling, fakultas, dan organisasi mahasiswa, sangat penting untuk memastikan implementasi yang komprehensif dan koheren dari strategi-strategi ini.

Meskipun temuan penelitian ini menunjukkan hubungan yang sangat kuat antara kualitas pertemanan dan ide bunuh diri, beberapa

keterbatasan perlu dipertimbangkan dalam interpretasi dan aplikasi hasil. Pertama, desain *cross-sectional* penelitian ini tidak memungkinkan untuk menarik kesimpulan kausal tentang arah hubungan antara kedua variabel. Meskipun kerangka teoretis dan penelitian longitudinal sebelumnya mendukung proposisi bahwa kualitas pertemanan yang rendah berkontribusi pada perkembangan ide bunuh diri, juga dimungkinkan bahwa ide bunuh diri yang sudah ada dapat mempengaruhi kualitas pertemanan melalui mekanisme seperti penarikan sosial, *anhedonia*, atau kesulitan dalam mempertahankan hubungan interpersonal yang merupakan gejala umum dari depresi dan kondisi kesehatan mental lainnya. Kemungkinan adanya hubungan bidireksional atau *reciprocal* di mana kualitas pertemanan dan ide bunuh diri saling mempengaruhi dari waktu ke waktu tidak dapat dikesampingkan dan memerlukan penelitian longitudinal untuk diklarifikasi. Penelitian masa depan yang menggunakan desain longitudinal atau eksperimental dapat memberikan bukti yang lebih kuat tentang arah kausalitas dan mekanisme temporal dari hubungan ini.

Kedua, meskipun penelitian ini menemukan hubungan yang sangat kuat, koefisien korelasi sebesar -0.861 menunjukkan bahwa sekitar 74% varians dalam ide bunuh diri dapat dijelaskan oleh kualitas pertemanan ($r^2 = .74$), yang berarti masih terdapat sekitar 26% varians yang dijelaskan oleh faktor-faktor lain. Faktor-faktor ini dapat mencakup variabel individual seperti riwayat gangguan mental, karakteristik kepribadian, gaya koping, dan *resilience*, serta faktor kontekstual seperti dukungan keluarga, tekanan akademik, kondisi finansial, dan peristiwa hidup yang *stressful*. Penelitian masa depan yang mengintegrasikan model yang lebih komprehensif yang mencakup berbagai faktor risiko dan protektif dapat memberikan pemahaman yang lebih nuansa tentang kontribusi relatif dari berbagai faktor terhadap risiko bunuh diri pada mahasiswa. Lebih lanjut, penelitian

tentang variabel moderator yang mempengaruhi kekuatan hubungan antara kualitas pertemanan dan ide bunuh diri dapat memberikan *insight* tentang kondisi di mana pertemanan paling efektif sebagai faktor protektif. Misalnya, karakteristik kepribadian seperti *attachment style*, keterampilan regulasi emosi, atau tingkat keparahan *stressor* yang dialami dapat memoderasi efektivitas dukungan dari teman dalam melindungi dari ide bunuh diri.

Ketiga, penggunaan instrumen *self-report* untuk mengukur kedua variabel dapat menimbulkan *common method bias* yang dapat menginflasi koefisien korelasi. Meskipun ini merupakan keterbatasan umum dalam penelitian psikologi sosial dan kesehatan mental, penelitian masa depan dapat menggunakan pendekatan multi-metode yang mengintegrasikan *self-report* dengan metode lain seperti *peer-report* tentang kualitas pertemanan, *behavioral observation* tentang interaksi sosial, atau *clinician-rated assessment* tentang risiko bunuh diri untuk memberikan validasi konvergen terhadap temuan. Keempat, karakteristik sampel yang mayoritas merupakan mahasiswa tahun pertama dan berasal dari Kota Malang dapat membatasi generalisabilitas temuan. Mahasiswa tahun pertama mungkin memiliki pengalaman dan tantangan yang berbeda dibandingkan dengan mahasiswa tingkat lanjut, termasuk dalam hal proses adaptasi, pembentukan jaringan sosial baru, dan tekanan akademik. Penelitian yang melibatkan mahasiswa dari berbagai tingkat dan berbagai konteks geografis dan institusional dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang peran kualitas pertemanan dalam kesehatan mental mahasiswa secara umum.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini memberikan bukti yang kuat untuk peran protektif kualitas pertemanan terhadap ide bunuh diri pada mahasiswa. Hubungan negatif yang sangat signifikan ($r_s = -.655$, $p < .000$) menunjukkan bahwa kualitas pertemanan merupakan salah satu faktor protektif terkuat yang dapat diidentifikasi dalam literatur

pengecahan bunuh diri pada mahasiswa. Temuan ini tidak hanya memperkuat dasar teoretis yang mengaitkan kebutuhan interpersonal dengan risiko bunuh diri, tetapi juga memberikan arahan praktis yang jelas untuk pengembangan intervensi preventif yang berbasis pada penguatan kualitas hubungan pertemanan. Dalam konteks di mana mahasiswa menghadapi berbagai tekanan dan transisi yang signifikan, investasi dalam memfasilitasi pembentukan dan pemeliharaan pertemanan yang berkualitas melalui program, kebijakan, dan infrastruktur kampus yang mendukung dapat menjadi strategi pencegahan bunuh diri yang efektif, dapat diterima, dan berkelanjutan. Pentingnya kualitas pertemanan yang diidentifikasi dalam penelitian ini menggarisbawahi perlunya pendekatan pencegahan bunuh diri yang holistik yang tidak hanya berfokus pada identifikasi dan penanganan individu berisiko tinggi, tetapi juga pada penciptaan ekosistem kampus yang mendukung koneksi interpersonal yang bermakna dan kesejahteraan psikologis semua mahasiswa.

2. Hubungan Aspek Kualitas Pertemanan Dengan Ide Bunuh Diri

Analisis hubungan per aspek kualitas pertemanan dengan ide bunuh diri memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai mekanisme spesifik yang menjadikan pertemanan sebagai faktor protektif dalam mencegah munculnya ide bunuh diri pada mahasiswa. Hasil uji korelasi Spearman menunjukkan bahwa seluruh aspek kualitas pertemanan menampilkan hubungan negatif yang signifikan dengan risiko ide bunuh diri, dengan nilai koefisien korelasi berkisar antara $r_s = -.741$ hingga $r_s = -.841$, dan seluruh aspek signifikan pada level $p < .001$. Kekuatan hubungan yang berada pada kategori kuat ($r_s > 0.7$) pada semua aspek mengindikasikan bahwa setiap aspek fungsional dari kualitas pertemanan memiliki kontribusi protektif yang substansial. Arah hubungan negatif yang konsisten menegaskan bahwa peningkatan kualitas pada aspek manapun dari pertemanan akan diikuti oleh penurunan risiko ide bunuh diri, sejalan dengan kerangka teoretis

Interpersonal-Psychological Theory of Suicide yang menyatakan bahwa pemenuhan kebutuhan interpersonal merupakan faktor protektif fundamental (Sholichah et al., 2022; Van Orden et al., 2010).

Aspek *stimulating companionship* memiliki koefisien korelasi tertinggi ($r_s = -.841$, $p < .001$), mengindikasikan bahwa keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas sosial yang menyenangkan bersama teman memiliki efek protektif paling substansial. Mekanisme protektifnya beroperasi melalui beberapa jalur yang saling memperkuat. Pertama, aktivitas sosial positif mengaktivasi sistem reward otak yang meningkatkan afek positif dan menurunkan intensitas emosi negatif, berfungsi sebagai counterbalance terhadap ruminations dan pikiran suicidal (Neacsiu et al., 2018; Verlenden et al., 2024). Kedua, aspek ini memfasilitasi *behavioral activation* yang merupakan antitesis dari penarikan sosial dan anhedonia yang menjadi prediktor kuat ide bunuh diri, memutus siklus negatif antara mood depresif dan isolasi sosial (George et al., 2016). Ketiga, aktivitas rekreatif yang konsisten menciptakan *sense of belonging* yang menangkal *thwarted belongingness*, dengan memberikan bukti eksperiensial bahwa individu merupakan bagian yang dihargai dari kelompok sosial (Selak et al., 2024). Keempat, pengalaman positif yang konsisten membangun reasons for living dan ekspektasi akan pengalaman menyenangkan di masa depan, yang melindungi dari hopelessness dan memberikan stabilitas psikologis (Testoni et al., 2021).

Aspek *intimacy* menunjukkan korelasi yang sangat kuat ($r_s = -.838$, $p < .001$), mencerminkan pentingnya kedalaman relasi dan kemampuan berbagi emosi dalam mencegah ide bunuh diri. Keintiman beroperasi melalui proses emotional disclosure yang memberikan validasi emosional dan mengurangi *cognitive isolation* dimana individu merasa tidak ada yang dapat memahami mereka (Pezirkianidis & Christopoulou, 2023). Berbagi pengalaman emosional dengan teman yang responsif menciptakan pengalaman *felt understanding* yang powerful dalam

mengurangi intensitas pikiran suicidal. Selain itu, keintiman mengurangi emotional suppression yang merupakan strategi maladaptif berkontribusi pada dysregulasi neurobiologis dan kerentanan terhadap impulsivitas bunuh diri. Aspek ini juga memfasilitasi cognitive reframing melalui diskusi mendalam, dimana teman memberikan perspektif alternatif yang menantang cognitive distortions dan pikiran negatif rigid (Maples, 2017).

Aspek *reliable alliance* ($r_s = -.827, p < .001$) menciptakan rasa aman interpersonal yang mengurangi *attachment anxiety* dan ketakutan akan pengabaian. Keyakinan bahwa teman akan tetap ada dalam situasi sulit menyediakan *secure base* psikologis yang memberikan *courage* untuk mencari dukungan ketika menghadapi krisis, daripada mempertimbangkan bunuh diri sebagai solusi (Jacobson et al., 2015). Sementara itu, aspek *self-validation* ($r_s = -.765, p < .001$) beroperasi melalui peningkatan dan stabilisasi harga diri yang melindungi dari self-deprecation dan pemikiran suicidal. Validasi dari teman berfungsi sebagai external confirmation yang menangkal negative self-schema, dengan penelitian menunjukkan bahwa harga diri yang dimediasi dukungan sosial merupakan faktor protektif signifikan bahkan setelah mengontrol gejala depresi (Kleiman & Liu, 2013; Sinaga et al., 2024). Kedua aspek ini saling memperkuat dalam menciptakan lingkungan interpersonal yang stabil dan afirmatif.

Aspek emotional security ($r_s = -.761, p < .001$) menyediakan psychological safe haven yang memungkinkan ekspresi emosi negatif tanpa takut kehilangan dukungan atau mengalami penolakan. Keamanan ini sangat krusial karena ketakutan akan judgment atau abandonment sering mencegah mahasiswa dari mencari bantuan ketika mengalami krisis, yang dapat mempercepat progresi dari ide bunuh diri ke upaya bunuh diri (Fehr & Harasymchuk, 2015). Adapun aspek *help* ($r_s = -.741, p < .001$), meskipun memiliki korelasi terendah, tetap menunjukkan kontribusi protektif substansial melalui penyediaan dukungan instrumental yang membantu mahasiswa mengatasi tantangan konkret.

Bantuan praktis dari teman mengurangi akumulasi stressor yang tidak tertangani dan mengkomunikasikan bahwa individu tidak sendirian dalam menghadapi kesulitan, menangkal *perceived burdensomeness* melalui pertukaran dukungan yang resiprokal (Kleiman & Liu, 2013). Perbedaan kecil dalam kekuatan korelasi antar dimensi (maksimal 0.1) menunjukkan bahwa semua aspek pertemanan sama-sama penting dan bekerja secara sinergis.

Temuan bahwa seluruh aspek menunjukkan hubungan protektif yang kuat memiliki implikasi penting, khususnya dalam konteks Kota Malang yang menghadapi tantangan serius terkait maraknya kasus bunuh diri di kalangan mahasiswa yang terjadi setiap tahunnya. Pola hubungan yang konsisten dan kuat pada semua aspek memperkuat konseptualisasi bahwa kualitas pertemanan yang optimal ditandai dengan terpenuhinya berbagai fungsi pertemanan secara seimbang (Mendelson & Aboud, 1999). Dalam kerangka Interpersonal-Psychological Theory of Suicide, berbagai aspek mengatasi konstruk *thwarted belongingness* dan *perceived burdensomeness* melalui jalur yang berbeda namun saling memperkuat—aspek seperti *stimulating companionship* dan *intimacy* secara langsung menciptakan koneksi interpersonal yang bermakna, sementara *self-validation* dan *help* mengkomunikasikan nilai individu dan menyediakan dukungan resiprokal (Pezirkianidis & Christopoulou, 2023). Pemahaman komprehensif ini menjadi landasan penting untuk mengembangkan strategi pencegahan yang holistik dan berbasis bukti.

Dari perspektif praktis, temuan ini memberikan arahan yang jelas untuk pengembangan program intervensi preventif bunuh diri di perguruan tinggi yang perlu dirancang secara komprehensif untuk mengatasi multiple aspek kualitas pertemanan. Program yang efektif harus memfasilitasi keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas sosial yang bermakna, mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan keterbukaan emosional, membangun kepercayaan dan komitmen dalam hubungan pertemanan, mendorong saling memberikan apresiasi dan

validasi, menciptakan lingkungan yang aman untuk ekspresi emosional, serta memperkuat jaringan dukungan instrumental. Pendekatan multidimensi ini dapat diimplementasikan melalui berbagai strategi seperti program *peer support* terstruktur, social skills training, pengembangan komunitas berbasis minat, dan penciptaan infrastruktur kampus yang mendukung interaksi sosial berkualitas. Dalam konteks mahasiswa yang menghadapi berbagai tekanan dan transisi signifikan, investasi institusional dalam memfasilitasi pembentukan dan pemeliharaan pertemanan berkualitas tinggi menjadi strategi pencegahan bunuh diri yang tidak hanya efektif secara empiris, tetapi juga lebih dapat diterima dan berkelanjutan dibandingkan pendekatan yang semata-mata berfokus pada intervensi klinis individual.

Secara keseluruhan, analisis per aspek mengungkap bahwa kualitas pertemanan merupakan konstruk multidimensi yang komprehensif dalam memberikan proteksi terhadap ide bunuh diri, dengan keenam aspek berkontribusi secara signifikan melalui mekanisme yang beragam namun saling melengkapi. Variasi kecil dalam kekuatan korelasi ($r_s = -.741$ hingga $-.841$) menunjukkan bahwa tidak ada satu aspek yang secara eksklusif bertanggung jawab, melainkan sinergi dari berbagai fungsi pertemanan yang menciptakan efek protektif optimal. Temuan ini menekankan pentingnya pendekatan holistik dalam pencegahan bunuh diri pada mahasiswa yang tidak hanya mengidentifikasi dan menangani individu berisiko tinggi, tetapi juga secara proaktif menciptakan ekosistem kampus yang mendukung pembentukan dan pemeliharaan hubungan pertemanan yang kaya akan berbagai fungsi protektif. Khususnya di Kota Malang dengan prevalensi bunuh diri mahasiswa yang mengkhawatirkan, pengembangan program berbasis penguatan kualitas pertemanan multidimensional menjadi prioritas strategis yang mendesak dalam upaya pencegahan yang komprehensif dan berkelanjutan.

3. Aspek Kualitas Pertemanan Dengan Hubungan Protektif Terkuat

Temuan analisis korelasional menunjukkan bahwa setiap aspek kualitas pertemanan berkontribusi secara signifikan terhadap penurunan risiko ide bunuh diri, dengan variasi kekuatan efek protektif yang berbeda-beda. Pengujian menggunakan koefisien korelasi Spearman mengonfirmasi adanya asosiasi negatif yang sangat signifikan ($p < .001$) antara seluruh aspek kualitas pertemanan dengan kecenderungan ide bunuh diri, dengan rentang koefisien berkisar antara $r_s = -.741$ hingga $r_s = -.841$. Aspek *stimulating companionship* memperlihatkan koefisien korelasi paling tinggi ($r_s = -.841, p < .001$), kemudian diikuti oleh *intimacy* ($r_s = -.838, p < .001$), *reliable alliance* ($r_s = -.827, p < .001$), *self-validation* ($r_s = -.765, p < .001$), *emotional security* ($r_s = -.761, p < .001$), dan *help* ($r_s = -.741, p < .001$). Keenam aspek tersebut tergolong dalam kategori korelasi kuat ($r_s > 0.7$), yang mengindikasikan bahwa masing-masing fungsi pertemanan memiliki peran protektif yang substansial terhadap munculnya ide bunuh diri pada mahasiswa (Aqshal, 2025; Barzilay et al., 2015). Namun demikian, dominasi *stimulating companionship* sebagai aspek dengan korelasi negatif tertinggi memberikan wawasan penting mengenai mekanisme perlindungan yang paling kuat dalam dinamika hubungan persahabatan di kalangan mahasiswa (Van Orden et al., 2010). Temuan ini menggarisbawahi pentingnya mengeksplorasi lebih dalam mengapa keterlibatan dalam aktivitas sosial yang menyenangkan memberikan efek protektif yang lebih kuat dibandingkan dengan aspek-aspek lain dari kualitas pertemanan dalam konteks pencegahan ide bunuh diri di kalangan mahasiswa (Kleiman & Liu, 2013; Looijmans et al., 2024).

Konsep *stimulating companionship* merujuk pada kapasitas hubungan pertemanan dalam menyediakan pengalaman bersama yang menyenangkan, merangsang secara kognitif dan emosional, serta membuka peluang untuk terlibat dalam aktivitas sosial yang bermakna (Mendelson & Aboud, 1999). Dari perspektif teoretis, fungsi ini sejalan dengan kebutuhan psikologis fundamental akan *relatedness* yang

diuraikan dalam *Self-Determination Theory* (SDT), di mana pengalaman sosial yang positif memperkuat perasaan keterhubungan interpersonal dan meningkatkan persepsi makna dalam konteks sosial (Deci, 2019; Dungga et al., 2024). Penguatan rasa keterhubungan ini secara langsung berkontribusi pada penurunan perasaan keterasingan dan isolasi sosial, yang merupakan faktor risiko utama dalam perkembangan ide bunuh diri pada populasi mahasiswa (Calati et al., 2019). Oleh karena itu, temuan bahwa *stimulating companionship* memiliki hubungan paling kuat dengan penurunan risiko ide bunuh diri konsisten dengan kerangka teoretis yang menekankan peran pengalaman afektif positif dalam memelihara dan meningkatkan kesejahteraan psikologis individu (Deci, 2019). Lebih lanjut, teori ini menjelaskan bahwa pemenuhan kebutuhan akan keterhubungan sosial melalui aktivitas yang menyenangkan tidak hanya memberikan kepuasan emosional sesaat, tetapi juga membangun resiliensi psikologis jangka panjang yang melindungi individu dari distress psikologis yang dapat memicu ide bunuh diri (Kleiman & Liu, 2013; Zamroji & Oktaviana, 2025).

Berbagai studi empiris terkini mendukung peran krusial pengalaman kebersamaan dan aktivitas berbasis kelompok sebaya sebagai faktor protektif terhadap ide bunuh diri pada populasi remaja dan dewasa muda. Hasil kajian sistematis dan tinjauan naratif dalam beberapa tahun terakhir mengidentifikasi bahwa kualitas persahabatan termasuk aspek keterlibatan dalam aktivitas bersama dan penyediaan dukungan emosional secara konsisten menunjukkan asosiasi negatif dengan *self-harm ideation* dan *suicidal ideation* (Brailovskaia et al., 2022). Meskipun demikian, literatur juga menunjukkan kompleksitas dalam hubungan ini, di mana karakteristik spesifik dari hubungan pertemanan menentukan apakah efek yang dihasilkan bersifat protektif atau justru meningkatkan risiko, misalnya melalui *clustering of risk* dalam kelompok teman yang sama-sama memiliki kecenderungan perilaku berisiko (Aqshal, 2025; Christensen et al., 2013). Temuan ini memperkuat interpretasi bahwa

pengalaman kebersamaan yang positif, sebagaimana diwakili oleh aspek *stimulating companionship*, berfungsi sebagai mekanisme penyangga (*buffer*) terhadap pola pikir ruminatif negatif dan memberikan alasan-untuk-hidup (*reasons for living*) yang secara signifikan mengurangi kemungkinan berkembangnya ide bunuh diri. Lebih lanjut, penelitian longitudinal terbaru mengonfirmasi bahwa partisipasi dalam aktivitas sosial yang terstruktur dan dukungan dari teman sebaya secara prospektif memprediksi penurunan intensitas ide bunuh diri pada mahasiswa (Mortier et al., 2018).

Mekanisme psikologis yang mendasari efek protektif *stimulating companionship* terhadap ide bunuh diri dapat dijelaskan melalui dua jalur yang saling berinteraksi dan memperkuat satu sama lain. Jalur pertama beroperasi melalui proses regulasi emosi, di mana aktivitas sosial yang menyenangkan berfungsi sebagai strategi regulasi emosi yang efektif dengan membawa afek positif sekaligus memutus siklus ruminasi kognitif yang cenderung memperkuat dan mempertahankan ideasi suicidal (Kirshenbaum et al., 2024). Pengalaman emosi positif yang dihasilkan dari interaksi sosial yang menyenangkan memiliki kapasitas untuk menggeser fokus atensi dari pikiran negatif internal ke pengalaman eksternal yang lebih adaptif, sehingga mengurangi intensitas dan frekuensi pikiran tentang bunuh diri (Vidal et al., 2024). Jalur kedua bekerja melalui pembangunan modal sosial (*social capital*) dan penguatan *sense of belonging*, yang secara langsung menurunkan *thwarted belongingness* salah satu konstruk sentral dalam *Interpersonal-Psychological Theory of Suicide* (IPTS) yang dikemukakan oleh Joiner dan Van Orden (Van Orden et al., 2010). Menurut teori ini, ketika individu mengalami kegagalan dalam memenuhi kebutuhan dasar untuk merasa terhubung dan diterima dalam hubungan sosial, risiko untuk mengembangkan keinginan bunuh diri meningkat secara signifikan (Chu et al., 2017). Keterlibatan konsisten dalam aktivitas sosial yang menyenangkan memfasilitasi pembentukan dan pemeliharaan ikatan

sosial yang kuat, yang pada gilirannya memperkuat persepsi individu bahwa mereka adalah bagian penting dari jaringan sosial yang lebih luas (Cacioppo & Patrick, 2008; Yolanda, 2023). Penelitian longitudinal dan *cross-sectional* terbaru mengonfirmasi bahwa dukungan teman sebaya dan partisipasi dalam interaksi sosial yang bermakna secara konsisten terkait dengan penurunan intensitas ide bunuh diri dan peningkatan perilaku pencarian bantuan (*help-seeking*) pada populasi mahasiswa (Labouliere et al., 2021).

Meskipun *stimulating companionship* menunjukkan korelasi tertinggi dengan penurunan ide bunuh diri, penting untuk menegaskan bahwa fungsi-fungsi lain dari kualitas pertemanan seperti *intimacy*, *reliable alliance*, *self-validation*, *emotional security*, dan *help* juga memberikan kontribusi yang sangat signifikan dengan koefisien korelasi berkisar antara $r_s = -.741$ hingga $r_s = -.838$, yang mengindikasikan bahwa efek protektif pertemanan terhadap ide bunuh diri bersifat multidimensional dan saling melengkapi (Kleiman & Liu, 2013). Dalam praktik kehidupan nyata, *stimulating companionship* sering kali berperan sebagai “pintu masuk” atau katalis awal yang memfasilitasi perkembangan fungsi-fungsi pertemanan lainnya: pengalaman positif bersama dalam aktivitas yang menyenangkan menciptakan konteks yang kondusif untuk pengembangan keintiman emosional dan kepercayaan interpersonal, yang kemudian memperkuat pembentukan aliansi yang dapat diandalkan dan meningkatkan rasa aman secara emosional (Berndt, 2002). Dengan kata lain, upaya untuk memperkuat *stimulating companionship* tanpa memperhatikan dan membina aspek-aspek lain dari kualitas pertemanan kemungkinan akan kurang optimal dalam menghasilkan efek protektif yang maksimal terhadap ide bunuh diri (Cohen, 1992). Oleh karena itu, intervensi yang efektif untuk pencegahan ide bunuh diri di kalangan mahasiswa sebaiknya mengadopsi pendekatan yang holistik dan komprehensif, yang secara simultan memperkuat berbagai aspek kualitas pertemanan dengan tetap memberikan penekanan

khusus pada pengembangan *stimulating companionship* sebagai fondasi awal (King et al., 2018).

Temuan penelitian ini memiliki implikasi praktis yang sangat penting bagi pengembangan strategi pencegahan bunuh diri di lingkungan kampus. Intervensi berbasis komunitas yang secara sistematis memfasilitasi partisipasi mahasiswa dalam aktivitas yang bermakna seperti klub minat khusus, program mentoring teman sebaya, dan kegiatan rekreatif yang terstruktur memiliki potensi besar untuk meningkatkan *stimulating companionship* dan, pada akhirnya, menurunkan risiko munculnya ide bunuh diri di kalangan mahasiswa (King et al., 2018). Bukti empiris dari berbagai konteks mahasiswa dan remaja menunjukkan bahwa program *peer-support* dan aktivitas sosial yang terorganisir dengan baik tidak hanya berpotensi meningkatkan kesediaan untuk mencari bantuan profesional (*help-seeking*), tetapi juga efektif dalam mengurangi stigma yang terkait dengan pencarian bantuan untuk masalah kesehatan mental, sehingga menjadikannya strategi preventif yang sangat layak untuk diterapkan oleh institusi pendidikan tinggi (Czyz et al., 2012). Di konteks Indonesia, beberapa kajian lokal telah menyoroti efektivitas dukungan teman sebaya dan intervensi berbasis komunitas dalam menurunkan gejala risiko kesehatan mental pada Generasi Z, yang mendukung relevansi dan aplikabilitas strategi ini dalam konteks sosial dan kultural Indonesia (Wala, 2024). Lebih lanjut, program-program seperti ini tidak memerlukan sumber daya yang sangat besar, tetapi dapat memberikan dampak yang signifikan ketika dirancang dengan mempertimbangkan kebutuhan spesifik populasi mahasiswa dan diimplementasikan secara konsisten dengan melibatkan berbagai pemangku kepentingan di kampus.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memberikan bukti empiris yang kuat bahwa *stimulating companionship* merupakan aspek kualitas pertemanan yang paling kuat berasosiasi secara protektif terhadap risiko ide bunuh diri pada mahasiswa ($r_s = -.841, p < .001$), namun efektivitas

upaya pencegahan memerlukan pendekatan yang secara simultan memperkuat seluruh aspek kualitas pertemanan dengan mempertimbangkan konteks sosial dan kultural yang spesifik (Van Orden et al., 2010). Strategi pencegahan yang komprehensif sebaiknya mengintegrasikan program peningkatan aktivitas sosial yang bermakna, pelatihan *peer-support* yang terstruktur, serta peningkatan aksesibilitas dan kualitas layanan konseling dan dukungan kesehatan mental di kampus untuk memberikan pendekatan yang lebih holistik dan efektif dalam menurunkan risiko ide bunuh diri di lingkungan pendidikan tinggi (Labouliere et al., 2021). Lebih lanjut, penting bagi institusi pendidikan tinggi untuk mengadopsi kebijakan yang mendukung penciptaan lingkungan kampus yang kondusif bagi pengembangan hubungan pertemanan yang berkualitas tinggi, termasuk melalui penyediaan ruang dan waktu untuk interaksi sosial informal, dukungan terhadap organisasi kemahasiswaan yang positif, dan integrasi komponen pengembangan keterampilan sosial dalam kurikulum atau program ko-kurikuler (Aziz et al., 2023; Gulliver et al., 2010). Dengan demikian, upaya pencegahan ide bunuh diri di kalangan mahasiswa dapat dilakukan secara lebih efektif melalui pendekatan *multi-level* yang tidak hanya fokus pada individu yang berisiko, tetapi juga pada penguatan sistem dukungan sosial yang lebih luas di lingkungan kampus (Bliznashka et al., 2023; Mortier et al., 2018).

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara kualitas pertemanan dengan tingkat ide bunuh diri pada mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan negatif yang sangat kuat dan signifikan antara kualitas pertemanan dengan risiko ide bunuh diri pada mahasiswa ($r_s = -.655$, $p < .000$). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi kualitas pertemanan yang dimiliki mahasiswa, semakin rendah risiko mereka untuk mengalami ide bunuh diri. Sebaliknya, mahasiswa dengan kualitas pertemanan yang rendah memiliki kecenderungan risiko ide bunuh diri yang lebih tinggi. Kekuatan korelasi yang berada pada kategori kuat ($r_s > 0.6$) menegaskan bahwa kualitas pertemanan merupakan faktor protektif yang substansial terhadap risiko bunuh diri di kalangan mahasiswa. Hasil ini mendukung hipotesis penelitian dan sejalan dengan teori Interpersonal-Psychological Theory of Suicide yang menekankan pentingnya koneksi sosial yang bermakna dalam melindungi individu dari pikiran bunuh diri.
2. Analisis terhadap keenam aspek kualitas pertemanan menunjukkan bahwa seluruh aspek memiliki hubungan negatif yang kuat dan signifikan dengan risiko ide bunuh diri ($p < .001$). Hal ini mengindikasikan bahwa kualitas pertemanan berfungsi sebagai konstruk multidimensi yang komprehensif dalam memberikan perlindungan terhadap risiko bunuh diri. Setiap aspek memiliki mekanisme protektif yang unik namun saling melengkapi dalam menciptakan lingkungan sosial yang mendukung kesehatan mental mahasiswa.
3. Aspek *stimulating companionship* menunjukkan hubungan protektif terkuat terhadap risiko ide bunuh diri ($r_s = -.841$, $p < .001$), diikuti oleh *intimacy* ($r_s = -.838$) dan *reliable alliance* ($r_s = -.827$). Temuan ini

mengindikasikan bahwa keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas sosial yang menyenangkan, merangsang, dan bermakna bersama teman memiliki efek perlindungan yang paling substansial terhadap risiko bunuh diri.

B. SARAN

Berdasarkan temuan penelitian ini, beberapa saran dapat diajukan untuk berbagai pihak yang terkait dengan kesehatan mental mahasiswa:

1. Bagi Institusi Pendidikan Tinggi

Perguruan tinggi perlu mengembangkan program dan kebijakan yang secara sistematis mendukung pembentukan dan pemeliharaan kualitas pertemanan mahasiswa. Beberapa rekomendasi spesifik meliputi:

a. Program Orientasi Berbasis Pembentukan Relasi Sosial

Mendesain program orientasi mahasiswa baru yang tidak hanya berfokus pada pengenalan lingkungan akademik, tetapi juga secara aktif memfasilitasi pembentukan koneksi sosial yang bermakna melalui aktivitas kelompok kecil, *buddy system*, dan kegiatan *ice-breaking* yang mendalam. Program ini dapat mencakup pelatihan keterampilan sosial, komunikasi interpersonal, dan strategi membangun pertemanan yang sehat.

b. Program Skrining dan Deteksi Dini

Mengembangkan sistem skrining berkala terhadap kesehatan mental mahasiswa, termasuk penilaian kualitas relasi sosial dan risiko ide bunuh diri menggunakan instrumen tervalidasi seperti SBQ-R dan MFQ-FF. Skrining ini sebaiknya dilakukan secara rutin, terutama pada periode-periode kritis seperti awal semester, menjelang ujian akhir, dan transisi tahun akademik.

c. Layanan Konseling yang Aksesibel dan Proaktif

Memperkuat layanan konseling dan bimbingan psikologis di kampus dengan menyediakan konselor yang memadai, jam layanan yang fleksibel, serta pendekatan *outreach* yang proaktif untuk

menjangkau mahasiswa yang memerlukan bantuan tetapi enggan mencari layanan secara mandiri. Layanan konseling juga perlu mencakup program kelompok dukungan sebaya (peer support group) yang difasilitasi oleh konselor profesional.

2. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa sebagai subjek utama penelitian ini perlu mengambil peran aktif dalam menjaga kesehatan mental mereka sendiri:

a. Investasi dalam Kualitas Pertemanan

Mahasiswa perlu menyadari pentingnya membangun dan memelihara pertemanan yang berkualitas sebagai investasi jangka panjang untuk kesehatan mental. Ini mencakup meluangkan waktu untuk berinteraksi dengan teman, terlibat dalam aktivitas bersama yang menyenangkan, dan mengembangkan kedalaman relasi melalui keterbukaan dan saling berbagi.

b. Keseimbangan Akademik dan Sosial

Mahasiswa perlu menjaga keseimbangan antara tuntutan akademik dan kehidupan sosial. Meskipun prestasi akademik penting, penelitian ini menunjukkan bahwa kualitas pertemanan memiliki peran signifikan dalam melindungi dari risiko bunuh diri. Oleh karena itu, mahasiswa perlu mengalokasikan waktu yang cukup untuk membangun dan mempertahankan relasi sosial yang bermakna.

c. Pengembangan Keterampilan Interpersonal

Mahasiswa dapat secara aktif mengembangkan keterampilan interpersonal seperti komunikasi efektif, empati, mendengarkan aktif, dan resolusi konflik melalui berbagai cara termasuk membaca literatur, mengikuti workshop, atau berlatih dalam interaksi sehari-hari. Keterampilan ini akan membantu mereka membentuk dan mempertahankan pertemanan yang berkualitas.

d. Kepekaan terhadap Teman yang Membutuhkan Bantuan

Mahasiswa perlu mengembangkan kepekaan terhadap teman-teman yang menunjukkan tanda-tanda distress psikologis atau perubahan perilaku yang mengindikasikan kemungkinan ide bunuh diri. Kemampuan untuk mengenali tanda-tanda ini, memberikan dukungan awal, dan mendorong teman untuk mencari bantuan profesional dapat menjadi life-saving intervention.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini membuka berbagai arah untuk investigasi lanjutan:

a. Penelitian Longitudinal

Melakukan studi longitudinal untuk menginvestigasi hubungan kausal antara perubahan kualitas pertemanan dengan perkembangan atau reduksi ide bunuh diri seiring waktu. Pendekatan longitudinal dapat mengidentifikasi periode-periode kritis dimana kualitas pertemanan memiliki dampak paling signifikan serta mengeksplorasi mekanisme perubahan yang terjadi.

b. Studi Intervensi

Mengembangkan dan menguji efektivitas program intervensi yang secara spesifik bertujuan meningkatkan kualitas pertemanan mahasiswa sebagai strategi pencegahan bunuh diri. Penelitian eksperimental atau quasi-eksperimental dapat memberikan bukti lebih kuat mengenai efektivitas pendekatan berbasis penguatan kualitas pertemanan.

c. Eksplorasi Variabel Moderator dan Mediator

Menginvestigasi variabel-variabel yang dapat memoderasi atau memediasi hubungan antara kualitas pertemanan dengan ide bunuh diri, seperti gejala depresi, kecemasan, resiliensi psikologis, keterampilan coping, harga diri, sense of belonging, atau karakteristik kepribadian. Pemahaman tentang mekanisme yang mendasari hubungan ini dapat memberikan target intervensi yang lebih spesifik.

d. Pendekatan Kualitatif

Melengkapi temuan kuantitatif dengan penelitian kualitatif yang mengeksplorasi pengalaman subjektif mahasiswa tentang bagaimana kualitas pertemanan berperan dalam melindungi atau meningkatkan risiko ide bunuh diri. Pendekatan kualitatif dapat memberikan wawasan mendalam tentang mekanisme psikologis yang tidak sepenuhnya tertangkap oleh pengukuran kuantitatif.

e. Integrasi dengan Faktor Risiko dan Protektif Lainnya

Mengembangkan model yang lebih komprehensif dengan mengintegrasikan kualitas pertemanan bersama faktor-faktor risiko dan protektif lainnya seperti keberfungsian keluarga, dukungan akademik, spiritual well-being, dan karakteristik lingkungan kampus. Pendekatan integratif ini dapat memberikan pemahaman yang lebih holistik tentang determinan kesehatan mental mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Ackermann, K., Martinelli, A., Bernhard, A., Ueno, K., Freitag, C. M., Büttner, G., Schmiedek, F., & Schwenck, C. (2020). Validation of the Network of Relationship Inventory in Female and Male Adolescents. In *European Journal of Psychological Assessment*. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000508>
- Afreiza, O., Putri, A. I., Matthew, K., & Kustiani, R. (2023). *Fenomena Bunuh Diri Pada Mahasiswa Dalam Tekanan Akademik Dipandang Dari Perspektif Teori Bunuh Diri (Suicide) Menurut Emile Durkheim*. September, 1–17. <https://doi.org/10.11111/nusantara.xxxxxxx>
- Afriani, A., & Denisa, D. (2021). Bullying Victimization Among Junior High School Students in Aceh, Indonesia: Prevalence and Its Differences in Gender, Grade, and Friendship Quality. In *Jurnal Ilmiah Peuradeun*. <https://doi.org/10.26811/peuradeun.v9i2.518>
- Aji Amarta, M., & Daud Hasibuan, A. (2024). Pengaruh Layanan Informasi untuk Mencegah Dampak Negatif Phubbing di Lingkungan Sosial. *Journal of Education Research*, 5(4), 4966–4972.
- Akın, Ü., Akın, A., & Uğur, E. (2016). Mediating Role of Mindfulness on the Associations of Friendship Quality and Subjective Vitality. In *Psychological Reports*. <https://doi.org/10.1177/0033294116661273>
- Alfina Rizky Damayanti, & Lucky Purwantini. (2025). Hubungan Dukungan Sosial dan Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa. *WISSEN: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 3(1), 239–248. <https://doi.org/10.62383/wissen.v3i1.563>
- Alitani, M. B. (2023). *Hubungan Self-Compassion Dengan Perilaku Terkait Bunuh Diri Pada Mahasiswa Yang Pernah Mengalami Perundungan*. <https://doi.org/10.55324/jgi.v1i3.31>
- American Psychological Association. (2017). *Ethical principles of psychologists and code of conduct*. American Psychological Association. <https://www.apa.org/ethics/code>
- Andri Setiawan, Revina, A., Perwitasari, D., Agustine, S., & Astuti, S. D. (2024). Pengaruh Interaksi Teman Sebaya terhadap Peningkatan Motivasi dan Hasil

- Belajar Peserta Didik. *Pena Anda: Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar*, 2(1), 33–40. <https://doi.org/10.33830/penaanda.v2i1.7822>
- Andriessen, K. (2006). On “Intention” in the Definition of Suicide. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 36(5), 533–538. <https://doi.org/10.1521/suli.2006.36.5.533>
- Anggawira, V. J., & Setiasih. (2025). Differentiating the quality of friendships among students from other regions and local students based on multicultural personality. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 20(1 SE-Articles), 89–98. <https://doi.org/10.26905/jpt.v20i1.15427>
- Aqshal, M. (2025). *Menelusuri Faktor-Faktor Bunuh Diri Pada Remaja : Literature Review*. 1(4).
- Arria, A. M., O’Grady, K. E., Caldeira, K. M., Vincent, K. B., Wilcox, H. C., & Wish, E. D. (2009). Suicide Ideation Among College Students: A Multivariate Analysis. *Archives of Suicide Research*, 13(3), 230–246. <https://doi.org/10.1080/13811110903044351>
- Aziz, S. F., Nasrudin, E., & Gamayanti, W. (2023). Pengaruh Self-Compassion Terhadap Suicidal Ideation Pada Remaja Dengan Perceived Social Support Sebagai Variabel Moderator. *Journal of Psychology Students*, 2(2), 83–94. <https://doi.org/10.15575/jops.v2i2.33571>
- Bakken, V., Lydersen, S., Skokauskas, N., Sund, A. M., & Kaasbøll, J. (2025). Protective factors for suicidal ideation and suicide attempts in adolescence: a longitudinal population-based cohort study examining sex differences. *BMC Psychiatry*, 25(1), 106. <https://doi.org/10.1186/s12888-025-06552-6>
- Bar-Zomer, J., & Klomek, A. B. (2018). Attachment to parents as a moderator in the association between sibling bullying and depression or suicidal ideation among children and adolescents. *Frontiers in Psychiatry*, 9(MAR), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2018.00072>
- Barzilay, S., Feldman, D., Snir, A., Apter, A., Carli, V., Hoven, C. W., Wasserman, C., Sarchiapone, M., & Wasserman, D. (2015). The interpersonal theory of suicide and adolescent suicidal behavior. *Journal of Affective Disorders*, 183, 68–74. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.04.047>

- Beck, A. T., & Kovacs, M. (1979). *Assessment of Suicidal Intention : The Scale for Suicide Ideation*. *47*(2), 343–352.
- Belete, K., Kassew, T., Demilew, D., & Zeleke, T. A. (2021). Prevalence and correlates of suicide ideation and attempt among pregnant women attending antenatal care services at public hospitals in southern Ethiopia. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, *17*, 1517–1529. <https://doi.org/10.2147/NDT.S309702>
- Berndt, T. J. (2002). Friendship Quality and Social Development. In *Current Directions in Psychological Science*. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00157>
- Bliznashka, L., Roy, A., Christiani, D. C., Calafat, A. M., Ospina, M., Diao, N., Mazumdar, M., & Jaacks, L. M. (2023). Pregnancy pesticide exposure and child development in low- and middle-income countries: A prospective analysis of a birth cohort in rural Bangladesh and meta-analysis. *PLOS ONE*, *18*(6), e0287089. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0287089>
- Brailovskaia, J., Krasavtseva, Y., Kochetkov, Y., Tour, P., & Margraf, J. (2022). Social media use, mental health, and suicide-related outcomes in Russian women: A cross-sectional comparison between two age groups. *Women's Health (London, England)*, *18*, 17455057221141292. <https://doi.org/10.1177/17455057221141292>
- Brown, B. B., & Bakken, J. P. (2011). Parenting and Peer Relationships: Reinvigorating Research on Family–Peer Linkages in Adolescence. In *Journal of Research on Adolescence*. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2010.00720.x>
- Bukowski, W. M., Hoza, B., & Boivin, M. (1994). Measuring friendship quality. In *Journal of Social and Personal Relationships* (Vol. 11, pp. 471–484).
- Cacioppo, J. T., & Patrick, W. (2008). Loneliness: Human nature and the need for social connection. In *Loneliness: Human nature and the need for social connection*. (pp. xiv, 317–xiv, 317). W. W. Norton & Company.
- Calati, R., Ferrari, C., Brittner, M., Oasi, O., Olié, E., Carvalho, A. F., & Courtet, P. (2019). Suicidal thoughts and behaviors and social isolation: A narrative

- review of the literature. *Journal of Affective Disorders*, 245, 653–667.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.11.022>
- Cha, C. B., Franz, P. J., M. Guzmán, E., Glenn, C. R., Kleiman, E. M., & Nock, M. K. (2018). Annual Research Review: Suicide among youth – epidemiology, (potential) etiology, and treatment. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 59(4), 460–482.
<https://doi.org/10.1111/jcpp.12831>
- Chowdhury, S., & Chakraborty, P. pratim. (2017). Universal health coverage - There is more to it than meets the eye. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 6(2), 169–170. <https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe>
- Christensen, H., Batterham, P. J., Soubelet, A., & Mackinnon, A. J. (2013). A test of the Interpersonal Theory of Suicide in a large community-based cohort. *Journal of Affective Disorders*, 144(3), 225–234.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jad.2012.07.002>
- Chu, C., Buchman-Schmitt, J. M., Stanley, I. H., Hom, M. A., Tucker, R. P., Hagan, C. R., Rogers, M. L., Podlogar, M. C., Chiurliza, B., Ringer, F. B., Michaels, M. S., Patros, C. H. G., & Joiner, T. E. (2017). The interpersonal theory of suicide: A systematic review and meta-analysis of a decade of cross-national research. *Psychological Bulletin*, 143(12), 1313–1345.
<https://doi.org/10.1037/bul0000123>
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112(1), 155–159.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.112.1.155>
- Coppersmith, D. D. L., Nada-Raja, S., & Beautrais, A. L. (2017). Non-suicidal self-injury and suicide attempts in a New Zealand birth cohort. *Journal of Affective Disorders*, 221, 89–96. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.06.029>
- Crawford, A., & Manassis, K. (2011). Anxiety, Social Skills, Friendship Quality, and Peer Victimization: An Integrated Model. In *Journal of Anxiety Disorders*.
<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2011.05.005>
- Cross, S. R. (2020). *Borderline Personality Disorder and Perception of Friendship Quality*.
- Czyz, E. K., Liu, Z., & King, C. A. (2012). Social Connectedness and One-Year

- Trajectories Among Suicidal Adolescents Following Psychiatric Hospitalization. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 41(2), 214–226. <https://doi.org/10.1080/15374416.2012.651998>
- Darmayanti, K. K. H., Anggraini, E., Winata, E. Y., Fakhriya, S. D., Arini, D. P., Kristiyani, V., Purwasih, I., & Afifah, S. (2022). Level Depresi dan Dampaknya terhadap Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa di Pulau Sumbawa. *Jurnal Psikologi*, 18(1), 63. <https://doi.org/10.24014/jp.v18i1.15792>
- David Klonsky, E., & May, A. M. (2015). The three-step theory (3ST): A new theory of suicide rooted in the “ideation-to-action” framework. *International Journal of Cognitive Therapy*, 8(2), 114–129. <https://doi.org/10.1521/ijct.2015.8.2.114>
- Deci, R. M. R. and E. L. (2019). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *Journal of Counseling Psychology*, 66(6), 747–754. <https://doi.org/10.1037/cou0000340>
- Drum, D. J., Brownson, C., Denmark, A. B., & Smith, S. E. (2009). New Data on the Nature of Suicidal Crises in College Students: Shifting the Paradigm. *Professional Psychology: Research and Practice*, 40(3), 213–222. <https://doi.org/10.1037/a0014465>
- Dungga, S. A., Zainuddin, K., Psikologi, F., Negeri, U., & Makassar, M. (2024). *Kualitas Pertemanan dan Subjective Well-Being Remaja Akhir*. 4(2), 1–9.
- Ebert, D. D., Buntrock, C., Mortier, P., Auerbach, R., Weisel, K. K., Kessler, R. C., Cuijpers, P., Green, J. G., Kiekens, G., Nock, M. K., Demyttenaere, K., & Bruffaerts, R. (2019). Prediction of major depressive disorder onset in college students. *Depression and Anxiety*, 36(4), 294–304. <https://doi.org/10.1002/da.22867>
- Eisenberg, D., Hunt, J., & Speer, N. (2013). Mental health in american colleges and universities: Variation across student subgroups and across campuses. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 201(1), 60–67. <https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e31827ab077>
- Fadilah, M., Agustian, N., Saripah, I., Nadhirah, N. A., & Konseling, B. (2023). Analisis Kualitas Pertemanan Terhadap Remaja. *SHINE: Jurnal Bimbingan*

- Dan Konseling*, 3(2), 56–63. <https://e-journal.stkipgrisumenep.ac.id/index.php/SHINE/index>
- Fazel, S., Runeson, B., & Ropper, A. H. (2020). Suicide NEJM Review Fazel. *N Engl J Med*, 382, 266–274. <https://doi.org/10.1056/NEJMra1902944>
- Febrianti, D., & Husniawati, N. (2021). Hubungan Tingkat Depresi dan Faktor Resiko Ide Bunuh Diri pada Remaja SMPN. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(1), 85–94. <https://doi.org/10.37012/jik.v13i1.422>
- Fehr, B., & Harasymchuk, C. (2015). The experience of emotion in close relationships: Toward an integration of the emotion-in-relationships and interpersonal script models. *Personal Relationships*, 12, 181–196. <https://doi.org/10.1111/j.1350-4126.2005.00110.x>
- Fitria, S., & Peters, S. (2019). Social Value Orientation Effects On Adolescents Friendship Quality. *ENLIGHTEN (Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam)*, 2(1), 24–34. <https://doi.org/10.32505/enlighten.v2i1.1069>
- Furman, W., & Buhrmester, D. (1985). Children's perceptions of the personal relationships in their social networks. *Developmental Psychology*, 21(6), 1016–1024. <https://doi.org/10.1037//0012-1649.21.6.1016>
- Gavin, A. R., Tabb, K. M., Melville, J. L., Guo, Y., & Katon, W. (2011). Prevalence and correlates of suicidal ideation during pregnancy. *Archives of Women's Mental Health*, 14(3), 239–246. <https://doi.org/10.1007/s00737-011-0207-5>
- Gennardy, T., & Ratri, D. (2024). Analisis Peran Pembelajaran Etika Profesi untuk Menghadapi Perkembangan Industri Desain Grafis: Studi Kasus Kota Bandung. *Serat Rupa Journal of Design*, 8(1), 51–68. <https://doi.org/10.28932/srjd.v8i1.6592>
- George, S. E., Page, A. C., Hooke, G. R., & Stritzke, W. G. K. (2016). Multifacet assessment of capability for suicide: Development and prospective validation of the acquired capability with rehearsal for suicide scale. *Psychological Assessment*, 28(11), 1452–1464. <https://doi.org/10.1037/pas0000276>
- George, S., Menon, V., Sameed, S., Hazzein, A., Haneesh, M. M., Rahman, J., & Jaisoorya, T. S. (2019). The establishment and short-term evaluation of a specialist and confidential service for doctors with mental health difficulties in

- India. *Asian Journal of Psychiatry*, 44, 65–67.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ajp.2019.07.022>
- Ghozali, I. (2018). Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25, edisi 9. *Badan Penerbit UNDIP*.
- Glucose, D. (2017). *Accepted manuscript version (after peer review) of the following article : 47–53*.
- Gomm, R. (2008). Social Research Methodology. *Social Research Methodology*.
<https://doi.org/10.1007/978-0-230-22911-2>
- GoodStats. (2024). *Angka kasus bunuh diri di Indonesia meningkat 60% dalam 5 tahun terakhir*. <https://data.goodstats.id/statistic/angka-kasus-bunuh-diri-di-indonesia-meningkat-60-dalam-5-tahun-terakhir-2FzH6>
- Gravetter, F. J. . author. (2018). *Research methods for the behavioral sciences*.
<https://lib.ui.ac.id>
- Gravetter, F. J., & Wallnau, L. B. (2017). Probability and Samples: The Distribution of Sample Means. *Statistic for The Behavioral Science*, 193–222.
- Greca, A. M. La, & Harrison, H. M. (2005). Adolescent Peer Relations, Friendships, and Romantic Relationships: Do They Predict Social Anxiety and Depression? In *Journal of Clinical Child \& Adolescent Psychology*.
https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3401_5
- Gulliver, A., Griffiths, K. M., & Christensen, H. (2010). *Perceived barriers and facilitators to mental health help-seeking in young people : a systematic review*.
- Guo, Y., Zhang, J., Cui, Y., Cui, Y., Huang, X., Guo, Y., Ji, Y., Wu, B., Zhang, D., Wang, K., & Yu, F. (2023). Psychosocial predictors of persistent suicidal ideation among Chinese adolescents: A longitudinal study. *Journal of Affective Disorders*, 334, 137–144.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.04.090>
- Hefner, J., & Eisenberg, D. (2009). Social Support and Mental Health Among College Students. *American Journal of Orthopsychiatry*, 79(4), 491–499.
<https://doi.org/10.1037/a0016918>
- Huen, J. M. Y., Yip, P. S. F., Osman, A., & Leung, A. N. M. (2022). The Suicidal

- Behaviors Questionnaire-Revised (SBQ-R) and its Chinese version (C-SBQ-R): Further validity testing using the culture, comprehension, and translation bias procedure. In *Psychological Assessment* (Vol. 34, Issue 7, pp. 704–710). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/pas0001134>
- Husada, I., Ilmiah, J., & Juli, V. N. (2025). *DIRI PADA REMAJA DI SMA MUHAMMADIYAH 1 SURAKARTA PEER SOCIAL SUPPORT WITH RISK OF SUICIDE LEVEL IN ADOLESCENTS AT* *Pendahuluan Bunuh diri merupakan masalah kesehatan yang serius di seluruh dunia , terutama di kalangan remaja . Organisasi Kesehatan Dunia (. 13(2), 358–367.*
- Indonesia, K. K. R. (2021). *Kemendes beberapa masalah permasalahan kesehatan jiwa di Indonesia.* <https://kemkes.go.id/id/kemendes-beberapa-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia>
- Indonesia, U. K. (2021). The Relationship Between Assertive Social Skills and Friendship Quality of Children With Disability in Indonesian Elementary Schools. In *İlköğretim Online*. <https://doi.org/10.17051/ilkonline.2021.01.65>
- Isaac, S., & Michael, W. B. (1995). Handbook in research and evaluation: A collection of principles, methods, and strategies useful in the planning, design, and evaluation of studies in education and the behavioral sciences, 3rd ed. In *Handbook in research and evaluation: A collection of principles, methods, and strategies useful in the planning, design, and evaluation of studies in education and the behavioral sciences, 3rd ed.* EdITS Publishers.
- Jack R. Fraenkel. (2012). *How to Design and Evaluate Research in Education* (Vol. 17).
- Jacobson, C. M., Hill, R. M., Pettit, J. W., & Grozeva, D. (2015). The Association of Interpersonal and Intrapersonal Emotional Experiences with Non-Suicidal Self-Injury in Young Adults. *Archives of Suicide Research : Official Journal of the International Academy for Suicide Research, 19(4), 401–413.* <https://doi.org/10.1080/13811118.2015.1004492>
- Jantzer, V., Haffner, J., Parzer, P., Resch, F., & Kaess, M. (2015). Does parental monitoring moderate the relationship between bullying and adolescent nonsuicidal self-injury and suicidal behavior? A community-based self-report

- study of adolescents in Germany. *BMC Public Health*, 15(1), 1–8.
<https://doi.org/10.1186/s12889-015-1940-x>
- Jeanne L. Alhusen, PhD, CRNP, N. Frohman, RN, BSN, and Genevieve Purcell, B. (2015). *Intimate partner violence and suicidal ideation in pregnant women*. 18(4), 573–578. <https://doi.org/10.1007/s00737-015-0515-2>. Intimate
- John W. Creswell, & J. David Creswell. (2018). Writing center talk over time: A mixed-method study. In *Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. <https://doi.org/10.4324/9780429469237>
- Joiner, T. (2005). Why people die by suicide. In *Why people die by suicide*. (p. 276). Harvard University Press.
- Joiner, T. E. (2005). *Why People Die by Suicide — Thomas Joiner | Harvard University Press*. 1–288.
<https://www.hup.harvard.edu/books/9780674025493>
- Julian, W., & Basaria, D. (2025). Hubungan Nilai Moral dengan Kualitas Pertemanan pada Mahasiswa . *Arus Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 5(3 SE-Artikel), 4468–4475. <https://doi.org/10.57250/ajsh.v5i3.1935>
- Kar, F., Whiting, M. J., & Noble, D. W. A. (2017). Dominance and social information use in a lizard. In *Animal Cognition* (Vol. 20, Issue 5, pp. 805–812). Springer. <https://doi.org/10.1007/s10071-017-1101-y>
- Kebudayaan, K. K. B. P. M. dan. (2021). *Atasi masalah kesehatan jiwa, Kemenko PMK dorong upaya preventif dari hulu*.
<https://kemenkopmk.go.id/index.php/atasi-masalah-kesehatan-jiwa-kemenko-pmk-dorong-upaya-preventif-dari-hulu>
- Kerlinger, F. N., & Lee, H. B. (2000). Constructs, Variables, and Definitions. *Foundations of Behavioral Research*, 39–61.
- Kesuma, V. M., Atmodiwirjo, E. T., & Idulfilastri, R. M. (2021). Pengujian Struktur Faktor Pada Konstruksi Beck Scale for Suicide Ideation Dengan Individu Dewasa Awal. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 5(2), 549–559. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v5i2.11310.2021>
- Khosla, I. (2021). Book Review: Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches. In *Frontiers in Psychology* (Vol. 12).

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.696828>

- King, C. A., Arango, A., & Ewell Foster, C. (2018). Emerging trends in adolescent suicide prevention research. *Current Opinion in Psychology*, 22, 89–94. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.08.037>
- Kirshenbaum, J. S., Pagliaccio, D., Bitran, A., Xu, E., & Auerbach, R. P. (2024). Why do adolescents attempt suicide? Insights from leading ideation-to-action suicide theories: a systematic review. *Translational Psychiatry*, 14(1), 266. <https://doi.org/10.1038/s41398-024-02914-y>
- Kleiman, E. M., Adams, L. M., Kashdan, T. B., & Riskind, J. H. (2013). Gratitude and grit indirectly reduce risk of suicidal ideations by enhancing meaning in life: Evidence for a mediated moderation model. *Journal of Research in Personality*, 47(5), 539–546. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2013.04.007>
- Kleiman, E. M., & Liu, R. T. (2013). Social support as a protective factor in suicide: Findings from two nationally representative samples. *Journal of Affective Disorders*, 150(2), 540–545. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.01.033>
- Kochendorfer, L. B., & Kerns, K. A. (2019). A Meta-Analysis of Friendship Qualities and Romantic Relationship Outcomes in Adolescence. In *Journal of Research on Adolescence*. <https://doi.org/10.1111/jora.12505>
- L. R. Gay. (2012). *EDUCATIONAL RESEARCH* (Vol. 17).
- Labouliere, C. D., Green, K. L., Vasan, P., Cummings, A., Layman, D., Kammer, J., Rahman, M., Brown, G. K., Finnerty, M., & Stanley, B. (2021). Is the outpatient mental health workforce ready to save lives? Suicide prevention training, knowledge, self-efficacy, and clinical practices prior to the implementation of a statewide suicide prevention initiative. *Suicide & Life-Threatening Behavior*, 51(2), 325–333. <https://doi.org/10.1111/sltb.12708>
- Laursen, B., & Veenstra, R. (2021). Toward understanding the functions of peer influence: A summary and synthesis of recent empirical research. *Journal of Research on Adolescence*, 31(4), 889–907. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/jora.12606>
- Law, K. C., Khazem, L. R., & Anestis, M. D. (2015). The role of emotion dysregulation in suicide as considered through the ideation to action

- framework. *Current Opinion in Psychology*, 3, 30–35. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.01.014>
- Lemstra, M., Rogers, M., Moraros, J., & Grant, E. (2013). Risk indicators of suicide ideation among on-reserve First Nations youth. *Paediatrics and Child Health (Canada)*, 18(1), 15–20. <https://doi.org/10.1093/pch/18.1.15>
- Lestari, A. D., & Wimbari, S. (2021). Hubungan Antara Kecenderungan Adiksi Game Online Dan Kesehatan Mental Siswa Dengan Kualitas Pertemanan Sebagai Variabel Moderator. *Jurnal Psikologi Insight*, 5(1), 46–62. <https://doi.org/10.17509/insight.v5i1.34250>
- Li, Z. Z., Li, Y. M., Lei, X. Y., Zhang, D., Liu, L., Tang, S. Y., & Chen, L. (2014). Prevalence of suicidal ideation in Chinese college students: A meta-analysis. *PLoS ONE*, 9(10). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0104368>
- Lin, C., & Jiang, X. (2023). *The Role of Personality Traits And Values in Perceived Friendship Quality: The Dyadic Approach*. <https://doi.org/10.5772/intechopen.107867>
- Liu, C. H., Stevens, C., Wong, S. H. M., Yasui, M., & Chen, J. A. (2019). The prevalence and predictors of mental health diagnoses and suicide among U.S. college students: Implications for addressing disparities in service use. *Depression and Anxiety*, 36(1), 8–17. <https://doi.org/10.1002/da.22830>
- Lodder, G. M. A., Scholte, R. H. J., Goossens, L., & Verhagen, M. (2015). Loneliness in Early Adolescence: Friendship Quantity, Friendship Quality, and Dyadic Processes. In *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*. <https://doi.org/10.1080/15374416.2015.1070352>
- Looijmans, M., Elzinga, E., Popma, A., Bergen, D. Van, Gilissen, R., & Mérelle, S. (2024). *perspectives of young adults with. June*, 1–11. <https://doi.org/10.3389/frcha.2024.1376872>
- Luqiyana, T. (2022). Hubungan Antara Kualitas Pertemanan Dan Kerinduan Pada Rumah Pada Siswa Baru Di Lingkungan Pesantren. In *Happiness Journal of Psychology and Islamic Science*. <https://doi.org/10.30762/happiness.v6i1.475>
- Mabelele. (2008). The Mediating Role of Interpersonal Competence between Adolescents' Empathy and Friendship Quality: A Dyadic Approach. *Chong*

- Man Chow¹, Holly Ruhl², and Duane Buhrmester³, 23(1), 1–7.
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.10.004>.The
- MacKin, D. M., Perlman, G., Davila, J., Kotov, R., & Klein, D. N. (2017). Social support buffers the effect of interpersonal life stress on suicidal ideation and self-injury during adolescence. *Psychological Medicine*, 47(6), 1149–1161.
<https://doi.org/10.1017/S0033291716003275>
- Mahardilla, D., Saputri, A., Puspita Sari, W., & Badriyah, L. (2023). Pengaruh Minat Belajar dan Kualitas Pertemanan Sebaya Terhadap Konsep diri Remaja SMA/SMK Sederajat di Kecamatan Pondok Kelapa Kabupaten Bengkulu Tengah. *DAWUH: Islamic Communication Journal*, 4(3), 78–87.
<https://doi.org/10.62159/dawuh.v4i3.1057>
- Mahirah, A. H., & Sampe Tondok, M. (2024). Responsive Parenting and Friendship Quality in Adolescents: Interpersonal Communication Skills as a Mediator. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 6(2), 1–11.
<https://doi.org/10.51214/00202406933000>
- Maples-Keller, J. L., & Rauch, S. A. M. (2017). Translating Neurobiological Findings Into Improved Combined Pharmacological and Psychotherapeutic Interventions for Posttraumatic Stress Disorder. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 24(3), 302–305. <https://doi.org/10.1111/cpsp.12204>
- Mario, M. (2023). Pengaruh jumlah followers Instagram terhadap kualitas hubungan pertemanan mahasiswa Psikologi Universitas Hasanuddin. *TUTURAN: Jurnal Ilmu Komunikasi, Sosial Dan Humaniora*, 1(1), 29–37.
<https://doi.org/10.47861/tuturan.v1i2.235>
- Mendelson, M. J., & Aboud, F. E. (1999). Measuring friendship quality in late adolescents and young adults: McGill friendship questionnaires. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 31(2), 130–132.
<https://doi.org/10.1037/h0087080>
- Meyer, R., Rothmann, S., & Pienaar, J. (2003). Coping, stress and suicide ideation in the South African police service in the eastern Cape. *South African Journal of Economic and Management Sciences*, 6(4), 881–904.
<https://doi.org/10.4102/sajems.v6i4.1527>

- Miller, A. B., Esposito-Smythers, C., & Leichtweis, R. N. (2015). Role of social support in adolescent suicidal ideation and suicide attempts. *Journal of Adolescent Health, 56*(3), 286–292. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2014.10.265>
- Mortier, P., Cuijpers, P., Kiekens, G., Auerbach, R. P., Demyttenaere, K., Green, J. G., Kessler, R. C., Nock, M. K., & Bruffaerts, R. (2018). The prevalence of suicidal thoughts and behaviours among college students: A meta-analysis. *Psychological Medicine, 48*(4), 554–565. <https://doi.org/10.1017/S0033291717002215>
- Mukarromah, L., & Nuqul, F. L. (2014). Dinamika Psikologis Pada Pelaku Percobaan Bunuh Diri. In *Psikoislamika Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*. <https://doi.org/10.18860/psi.v1i1i2.6387>
- Mutiara, N. A., & Ariana, A. D. (2022). Hubungan Gaya Kelekatan Romantis dengan Ide Bunuh Diri pada Dewasa Awal dalam Hubungan Pacaran. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM), 2*(1), 548–554. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.34594>
- NCHS. (2023). *National Hospital Ambulatory Medical Care Survey: 2021 Emergency Department Summary Tables*.
- Neacsiu, A. D., Fang, C. M., Rodriguez, M., & Rosenthal, M. Z. (2018). Suicidal Behavior and Problems with Emotion Regulation. *Suicide & Life-Threatening Behavior, 48*(1), 52–74. <https://doi.org/10.1111/sltb.12335>
- Niedhammer, I., Pineau, E., & Bertrais, S. (2025). The Prevalence of Suicidal Ideation According to Occupation and Other Employment Variables. In *Crisis*. <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000982>
- Nock, M. K., Borges, G., Bromet, E. J., Alonso, J., Angermeyer, M., Beautrais, A., Bruffaerts, R., Chiu, W. T., de Girolamo, G., Gluzman, S., de Graaf, R., Gureje, O., Haro, J. M., Huang, Y., Karam, E., Kessler, R. C., Lepine, J. P., Levinson, D., Medina-Mora, M. E., ... Williams, D. (2008). Cross-national prevalence and risk factors for suicidal ideation, plans and attempts. *British Journal of Psychiatry, 192*(2), 98–105. <https://doi.org/DOI:10.1192/bjp.bp.107.040113>

- Nur, A., Sudirman, A., & Hakim, R. (2025). *Diri Pada Remaja Di Pondok Pesantren Al-Islam*. 6, 6190–6197.
- Nurasmi, R., Erlambang, A. Y. D., Akram, N. A., & Urbayatun, S. (2024). Psikoedukasi Preventif Untuk Mengurangi Ide dan Percobaan Bunuh Diri pada Remaja di Gunungkidul dengan Berpikir Positif dan Pelatihan Relaksasi. *Abdimas Galuh*, 6(1), 511. <https://doi.org/10.25157/ag.v6i1.13285>
- Nurul Amiroh, S., Layalia Alyan, W., & Wijaya Abdul Rozak, R. (2024). Analisis Dukungan Sosial Terhadap Ide Bunuh Diri Pada Remaja. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 2(3), 263–274. <https://doi.org/10.47353/sikontan.v2i3.1778>
- Osman, A., Bagge, C. L., Gutierrez, P. M., Konick, L. C., Kopper, B. A., & Barrios, F. X. (2001a). The suicidal behaviors questionnaire-revised (SBQ-R): Validation with clinical and nonclinical samples. *Assessment*, 8(4), 443–454. <https://doi.org/10.1177/107319110100800409>
- Osman, A., Bagge, C. L., Gutierrez, P. M., Konick, L. C., Kopper, B. A., & Barrios, F. X. (2001b). The suicidal behaviors questionnaire-revised (SBQ-R): Validation with clinical and nonclinical samples. *Assessment*, 8(4), 443–454. <https://doi.org/10.1177/107319110100800409>;WEBSITE:WEBSITE:SAGE;WGROU:STRING:PUBLICATION
- Pezirkianidis, C., & Christopoulou, M. (2023). *Exploring friendship quality and the practice of savoring in relation to the wellbeing of Greek adults*. October, 1–7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1253352>
- Piteo, A. M., & Kettler, L. (2011). Friendship Quality: Role in the Relationship Between Peer Victimization and Psychopathology. In *The Australian Educational and Developmental Psychologist*. <https://doi.org/10.1375/aedp.28.1.15>
- Poorthuis, A. M. G., Thomaes, S., Denissen, J. J. A., van Aken, M. A. G., & Orobio de Castro, B. (2012). Prosocial tendencies predict friendship quality, but not for popular children. *Journal of Experimental Child Psychology*, 112(4), 378–388. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2012.04.002>
- Poulin, F., & Chan, A. (2010). Friendship stability and change in childhood and

- adolescence. *Developmental Review*, 30(3), 257–272.
<https://doi.org/10.1016/J.DR.2009.01.001>
- Putri, A. (2024). *Analisis Faktor-Faktor yang Memengaruhi Ide Bunuh Diri pada Perempuan Dewasa Awal Analysis of Factors Influencing Suicidal Ideation in Early Adult Women Abstrak*. 11(02), 844–864.
- Putri, A. S., & Widiasmara, N. (2025). *DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DAN PENYESUAIAN DIRI SISWA BERKEBUTUHAN KHUSUS : STUDI PADA SEKOLAH INKLUSI DI YOGYAKARTA PEER SUPPORT AND SELF-ADJUSTMENT IN STUDENTS WITH SPECIAL NEEDS : A STUDY*. 20(2), 124–133.
- Qiu, T., Klonsky, E. D., & Klein, D. N. (2017). Hopelessness Predicts Suicide Ideation But Not Attempts: A 10-Year Longitudinal Study. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 47(6), 718–722. <https://doi.org/10.1111/sltb.12328>
- Regina, A., & Garvin Goei. (2024). Study Analyzing the Role of Nomophobia Tendencies with Friendship Quality: A Study of Indonesian College Students. *Scientia Psychiatrica*, 5(2), 486–493.
<https://doi.org/10.37275/scipsy.v5i2.167>
- Ribeiro, J. D., Franklin, J. C., Fox, K. R., Bentley, K. H., Kleiman, E. M., Chang, B. P., & Nock, M. K. (2016). Self-injurious thoughts and behaviors as risk factors for future suicide ideation, attempts, and death: A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Medicine*, 46(2), 225–236.
<https://doi.org/10.1017/S0033291715001804>
- Ribeiro, J. D., Huang, X., Fox, K. R., & Franklin, J. C. (2018). Depression and hopelessness as risk factors for suicide ideation, attempts and death: Meta-analysis of longitudinal studies. *British Journal of Psychiatry*, 212(5), 279–286. <https://doi.org/10.1192/bjp.2018.27>
- Rini, Q. K., & Qomariyah, N. (2022). Pengaruh Kualitas Pertemanan Terhadap Harga Diri Pada Santri. In *Reslaj Religion Education Social Laa Roiba Journal*. <https://doi.org/10.47467/reslaj.v5i5.2255>
- Riziana, K. F., Fatmawati, F., & Darmawan, A. (2023). Hubungan Tingkat Gejala Depresi Dengan Ide Bunuh Diri Pada Remaja Sekolah Menengah Atas.

- Journal of Medical Studies*, 3(1), 39–47.
<https://doi.org/10.22437/joms.v3i1.27181>
- Rizka, C. M., & Kurniawati, F. (2022a). Peran Keterampilan Sosial Terhadap Kualitas Pertemanan Pada Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Dasar Inklusif. *INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 46–64.
<https://doi.org/10.51353/inquiry.v9i1.223>
- Rizka, C. M., & Kurniawati, F. (2022b). Peran Keterampilan Sosial Terhadap Kualitas Pertemanan Pada Anak Berkebutuhan Khusus Di Sekolah Dasar Inklusif. In *Inquiry Jurnal Ilmiah Psikologi*.
<https://doi.org/10.51353/inquiry.v9i1.223>
- Roberts, J. K., Pavlakakis, A. E., & Richards, M. P. (2021). It's More Complicated Than It Seems: Virtual Qualitative Research in the COVID-19 Era. In *International Journal of Qualitative Methods*.
<https://doi.org/10.1177/16094069211002959>
- Roziqi, M., & Afandi, A. J. (2025). *Risiko Ide Bunuh Diri Siswa SMA , Seberapa Tinggi ?* 9(2), 78–86. <https://doi.org/10.20961/jpk.v9i2.112213>
- Salami, T. K., Brooks, B. A., & Lamis, D. A. (2015). Impulsivity and Reasons for Living Among African American Youth: A Risk-Protection Framework of Suicidal Ideation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(5), 5196–5214. <https://doi.org/10.3390/ijerph120505196>
- Salsabhilla, A., & Panjaitan, R. U. (2019). Dukungan Sosial Dan Hubungannya Dengan Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa Rantau. In *Jurnal Keperawatan Jiwa*.
<https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.107-114>
- Salsabila, A. R., Hermina, C., & Juluibib, J. (2024). Kualitas Pertemanan Dan Kesejahteraan Psikologis: Prespektif Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra (Psikowipa)*, 5(1), 12–22. <https://doi.org/10.38156/psikowipa.v5i1.131>
- Santrock, J. W. (2016). *Seventeenth Edition*.
- Saragih, A. P. F., Mangantes, M. L., & Kasenda, R. Y. (2025). *Pengaruh Lingkungan Teman Sebaya Terhadap Kontrol Diri Siswa Kelas Viii Di SMP Negeri 2 Tondano*. <https://doi.org/10.53682/pj.v6i1.11421>
- Schneider. (1989). Social Competence in Developmental Perspective. *Social*

- Competence in Developmental Perspective*. <https://doi.org/10.1007/978-94-009-2442-0>
- Schwartz, S. J., & Finley, G. E. (2010). Troubled Ruminations About Parents: Conceptualization and Validation With Emerging Adults. In *Journal of Counseling & Development*. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2010.tb00154.x>
- Sekani, N. (2025). Deskripsi Tingkat Ideasi dan Risiko Bunuh Diri Berdasarkan Revised-Suicide Ideation Scale (R-SIS) pada Remaja. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 7(3 SE-Articles), 495–503. <https://doi.org/10.31539/joting.v7i3.15896>
- Selak, Š., Crnkovič, N., Šorgo, A., Gabrovec, B., Cesar, K., & Žmavc, M. (2024). Resilience and social support as protective factors against suicidal ideation among tertiary students during COVID-19 : a cross-sectional study. 1–11.
- Shahnaaz, P. P., Sani, A., Si, M., Good, P. P., Governance, C., Pt, D. I., Jateng, D., Diy, D. A. N., & Yogyakarta, A. (2024). *Implementation of Good Corporate Governance Principles in Pt*. 1138–1153. <https://doi.org/10.23920/jphp.v1i2.292.1>
- Shi, R., Wang, K. T., Xie, Z., Zhang, R., & Liu, C. (2019). The Mediating Role of Friendship Quality in the Relationship Between Anger Coping Styles and Mental Health in Chinese Adolescents. In *Journal of Social and Personal Relationships*. <https://doi.org/10.1177/0265407519839146>
- Sholichah, I. F., Amelasih, P., & Hasanah, M. (2022). Kualitas Persahabatan dan Harga Diri Mahasiswa Muslim. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 13(2 SE-Articles), 164–170. <https://doi.org/10.26740/jppt.v13n2.p164-170>
- Sicotte, R., Iyer, S. N., Lacourse, É., Séguin, J. R., & Abdel-Baki, A. (2023). Heterogeneity in the Course of Suicidal Ideation and its Relation to Suicide Attempts in First-Episode Psychosis: A 5-Year Prospective Study. *Canadian Journal of Psychiatry*, 68(11), 850–859. <https://doi.org/10.1177/07067437231167387>
- Sigarlaki, M. A., & Nurvinkania, A. A. (2022). Hubungan Kecemasan Sosial Dengan Pengungkapan Diri Dalam Hubungan Pertemanan. In *Humanitas*

- (*Jurnal Psikologi*). <https://doi.org/10.28932/humanitas.v6i3.5807>
- Sinaga, Z. V., Abdillah, R., & Larasati, T. (2024). Peran Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa yang Berkuliah di Bekasi. *Jurnal Psikologi*, *1*(4), 16. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2944>
- Stice, E., Ragan, J., & Randall, P. (2004). Prospective Relations between Social Support and Depression: Differential Direction of Effects for Parent and Peer Support? *Journal of Abnormal Psychology*, *113*(1), 155–159. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.113.1.155>
- Sugiyono. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*.
- Tandiono, I. M., Dewi, F. I. R., & Soetikno, N. (2020a). Ide Bunuh Diri Pada Remaja Korban Perundungan: Keberfungsian Keluarga Dan Kualitas Hubungan Pertemanan Sebagai Prediktor. In *Jurnal Psikologi*. <https://doi.org/10.35760/psi.2020.v13i2.3307>
- Tandiono, I. M., Dewi, F. I. R., & Soetikno, N. (2020b). Ide Bunuh Diri Pada Remaja Korban Perundungan: Keberfungsian Keluarga Dan Kualitas Hubungan Pertemanan Sebagai Prediktor. *Jurnal Psikologi*, *13*(2), 156–172. <https://doi.org/10.35760/psi.2020.v13i2.3307>
- Testoni, I., Piol, S., & De Leo, D. (2021). Suicide prevention: University students' narratives on their reasons for living and for dying. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(15). <https://doi.org/10.3390/ijerph18158029>
- Tintori, A., Pompili, M., Ciancimino, G., Corsetti, G., & Cerbara, L. (2023). The developmental process of suicidal ideation among adolescents: social and psychological impact from a nation-wide survey. *Scientific Reports*, *13*(1), 20984. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-48201-6>
- Van Meter, A. R., Knowles, E. A., & Mintz, E. H. (2023). Systematic Review and Meta-analysis: International Prevalence of Suicidal Ideation and Attempt in Youth. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, *62*(9), 973–986. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2022.07.867>
- Van Orden, K. A., Witte, T. K., Cukrowicz, K. C., Braithwaite, S. R., Selby, E. A., & Joiner, T. E. (2010). The Interpersonal Theory of Suicide. *Psychological*

- Review*, 117(2), 575–600. <https://doi.org/10.1037/a0018697>
- Van Orden, K. A., Witte, T. K., Gordon, K. H., Bender, T. W., & Joiner, T. E. (2008). Suicidal Desire and the Capability for Suicide: Tests of the Interpersonal-Psychological Theory of Suicidal Behavior Among Adults. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76(1), 72–83. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.76.1.72>
- Veresova, M., Lamblin, M., Robinson, J., & Mckay, S. (2024). *A systematic review and narrative synthesis of prevalence rates , risk and protective factors for suicidal behavior in international students. March.* <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1358041>
- Verlenden, J. V, Fodeman, A., Wilkins, N., Jones, S. E., Moore, S., & Cornett, K. (2024). *Mental Health and Suicide Risk Among High School Students and Protective Factors — Youth Risk Behavior Survey , United States , 2023.* 73(4).
- Véronneau, M., Trempe, S.-C., & Paiva, A. O. (2014). Risk and Protection Factors in the Peer Context: How Do Other Children Contribute to the Psychosocial Adjustment of the Adolescent? In *Ciência \& Saúde Coletiva*. <https://doi.org/10.1590/1413-81232014193.17972013>
- Vidal, E. I. de O., Ribeiro, L. F. A., Carvalho-Filho, M. A. de, & Fukushima, F. B. (2024). Mindfulness training in medical education as a means to improve resilience, empathy, and mental health in the medical profession . *World Journal of Psychiatry*, 14(4), 489–493. <https://doi.org/10.5498/wjp.v14.i4.489>
- Wala, G. N. (2024). *Regulatory Reform of Mental Health Services in Indonesia : Legal and Human Rights Perspectives.* 2(2), 68–74.
- Wang, Z., Lu, J., Weng, W., Fu, J., & Zhang, J. (2023). Women’s reproductive traits and major depressive disorder: A two-sample Mendelian randomization study. *Journal of Affective Disorders*, 326, 139–146. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.01.063>
- Wilcox, H. C., Arria, A. M., Caldeira, K. M., Kathryn, B., Pinchevsky, G. M., & Grady, K. E. O. (2011). *and Attempts During College.* 127, 287–294. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2010.04.017>.Prevalence

- Wilcox, H. C., Arria, A. M., Caldeira, K. M., Vincent, K. B., Pinchevsky, G. M., & O'Grady, K. E. (2010). Prevalence and predictors of persistent suicide ideation, plans, and attempts during college. *Journal of Affective Disorders*, *127*(1–3), 287–294. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2010.04.017>
- Wolke, D., & Lereya, S. T. (2015). *Long-term effects of bullying*. 879–885. <https://doi.org/10.1136/archdischild-2014-306667>
- World Health Organization. (2019). Suicide worldwide in 2019: Global Health Estimates. In *World Health Organization, Geneva*. <https://apps.who.int/iris/rest/bitstreams/1350975/retrieve>
- Wright, M. F., & Wachs, S. (2022). Self-Isolation and Adolescents' Friendship Quality: Moderation of Technology Use for Friendship Maintenance. In *Youth & Society*. <https://doi.org/10.1177/0044118x221080484>
- Wright, P. H. (1997). A Bare-bones Guide to The Acquaintance Description Form-F2. *North*. <http://www.paulwright.com/paulwright/docs/ADF-F2.pdf>
- Yolanda, yuke. (2023). *KASUS BUNUH DIRI DAN PERAN KELUARGA : 5*.
- Yunita, P. (2023). Strategi Guru Dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Dan Pengaruhnya Terhadap Kualitas Pertemanan Anak Berkebutuhan Khusus Pada Usia Dasar Di SDLB Negeri 1 Seluma. In *Jurnal Guru Kita PGSD*. <https://doi.org/10.24114/jgk.v7i3.44165>
- Zamroji, M., & Oktaviana, W. (2025). *Dukungan sosial teman sebaya dan kejadian ide bunuh diri pada mahasiswa*. *18*(10), 1277–1284.
- Zanirah, F., Suryaratri, R. D., Akbar, Z., Ariyani, M., & Maulana, H. (2025). *Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial Self-Concept and Its Influence on Friendship Quality : A Study of Adolescent Girls in Specialized Educational Settings*. *6*(2), 121–134. <https://doi.org/10.23917/sosial.v6i2.12298>

LAMPIRAN

Lampiran 1

Skala MFQ-FF (*Mcgill Questionnaire- Friend's Function*)

**BAGIAN III - KUALITAS
PERSAHABATAN**

Petunjuk Pengisian

Pada bagian ini Anda sebagai mahasiswa diminta untuk memberikan penilaian tentang pengalaman Anda dalam hubungan persahabatan yang dekat.

Tidak ada jawaban yang benar atau salah, jawablah setiap pernyataan sesuai dengan kondisi yang paling menggambarkan hubungan Anda dengan sahabat.

Seluruh jawaban bersifat rahasia dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian ilmiah.

Keterangan Pilihan Jawaban:

(1 = Sangat Tidak Sesuai, 2 = Tidak Sesuai, 3 = Sesuai, 4 = Sangat Sesuai)

No.	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Rasanya menyenangkan untuk berbicara dengan Sahabat Saya.				
2	Sahabat Saya mampu membuat Saya tertawa.				
3	Rasanya menyenangkan untuk bersama dengan Sahabat Saya.				
4	Sahabat Saya memiliki banyak ide tentang aktivitas yang menyenangkan untuk dilakukan bersama				
5	Rasanya menyenangkan untuk duduk dan berbicara dengan Sahabat Saya.				
6	Sahabat Saya membantu Saya ketika Saya membutuhkannya				
7	Sahabat Saya mau menunjukkan hal-hal yang saya butuhkan				
8	Sahabat Saya membantu Saya ketika Saya sedang menyelesaikan sesuatu.				
9	Sahabat Saya membantu Saya melakukan sesuatu				
10	Sahabat Saya menunjukkan kepada saya bagaimana melakukan sesuatu dengan lebih baik				

11	Sahabat Saya adalah seseorang yang bisa Saya ceritakan hal-hal pribadi				
12	Sahabat Saya tahu saat Saya merasa kesal				
13	Sahabat Saya adalah seseorang yang bisa Saya ceritakan rahasia				
14	Sahabat Saya tahu ketika ada sesuatu yang mengganggu Saya				
15	Sahabat Saya mudah diajak bicara tentang hal-hal pribadi				
16	Sahabat Saya tetap ingin menjalin persahabatan dengan Saya meskipun kami tidak bertemu satu sama lain selama beberapa bulan				
17	Bahkan jika orang lain mengkritik Saya, Sahabat Saya tetap mau menjalin persahabatan dengan Saya.				
18	Meskipun kita memiliki perbedaan pendapat, Sahabat Saya masih ingin menjalin persahabatan dengan Saya.				
19	Meskipun orang lain tidak menyukai Saya, Sahabat Saya masih ingin menjalin persahabatan dengan Saya.				
20	Meskipun kita memiliki perbedaan pendapat, Sahabat Saya tetap ingin menjalin persahabatan dengan Saya.				
21	Sahabat Saya membuat Saya merasa pintar.				
22	Sahabat Saya membuat Saya merasa bahwa Saya bisa melakukan sesuatu dengan baik.				
23	Ketika Saya melakukan sesuatu dengan baik, Sahabat Saya menuji Saya.				
24	Sahabat Saya membuat Saya merasa spesial.				
25	Sahabat Saya menunjukkan hal-hal yang Saya kuasai.				
26	Sahabat Saya akan membuat Saya merasa nyaman dalam situasi baru				
27	Apabila Saya merasa takut, Sahabat Saya akan berada di sisi Saya.				
28	Jika Saya khawatir, Sahabat Saya akan membuat Saya merasa lebih baik.				
29	Jika Saya gugup, Sahabat Saya akan membuat Saya lebih tenang.				
30	Saat Saya kesal, Sahabat Saya membuat Saya merasa lebih baik.				

Lampiran 2

Skala SBQ-R (*Suicide Behaviors Questionnaire-Revised*)

BAGIAN VII - Pencegahan Bunuh Diri

Petunjuk

Kami mohon bantuan Anda untuk membagikan pandangan yang paling menggambarkan kondisi diri Anda yang sebenarnya. Pilihlah satu jawaban dari setiap pernyataan di bawah ini yang paling sesuai dengan pengalaman Anda.

Seluruh jawaban bersifat rahasia dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian ilmiah. Apabila selama pengisian Anda merasa tidak nyaman, Anda diperbolehkan berhenti kapan saja dan disarankan untuk menghubungi layanan konseling kampus atau profesional psikologi terdekat.

Keterangan Pilihan Jawaban:

1. Bacalah pernyataan-pernyataan dibawah ini dengan seksama
2. Pilihlah satu pernyataan yang paling tepat menggambarkan diri anda
3. Isi semua pernyataan dan jangan sampai ada yang terlewat

1. Seberapa sering Anda merasa sejalan atau memiliki kecocokan dengan orang-orang di sekitar Anda? *

1 2 3 4 5 6

Tidak pernah Anda rasakan Sering Anda rasakan

2. Seberapa sering Anda merasa kekurangan teman dekat? *

1 2 3 4 5 6

Tidak pernah Anda rasakan Sering Anda rasakan

3. Seberapa sering Anda merasa bahwa tidak ada orang yang bisa Anda andalkan? *

1 2 3 4 5 6

Tidak pernah Anda rasakan Sering Anda rasakan

4. Seberapa sering Anda merasa sendirian? *

1 2 3 4 5 6

Tidak pernah Anda rasakan Sering Anda rasakan

Lampiran 3

Pamflet penyebaran kuesioner

Laboratorium Towards Healthy Mind,
Body, and Beauty

RESPONDENT NEEDED

Halo, Teman-teman mahasiswa!

Perkenalkan kami **peneliti kolaborasi** dari Fakultas Psikologi **Universitas Indonesia (UI) & Univesitas Islam Negeri Malang**

Saat ini kami sedang melakukan penelitian dengan tema **Kampus dan Kesejahteraan Mental Mahasiswa**. Kami mengundang Anda untuk berpartisipasi jika memenuhi kriteria berikut :

- **Berusia 18 tahun ke atas**
- **Tercatat sebagai mahasiswa aktif**
- **Mengikuti kegiatan akademik maupun non-akademik**

Pengisian kuesioner ini memerlukan waktu sekitar 30 menit. Informasi yang kami kumpulkan akan dijamin kerahasiaannya dan hanya akan digunakan untuk keperluan penelitian. Terdapat hadiah yang akan diundi berupa saldo e-wallet sebesar Rp 30.000 bagi 30 orang yang beruntung.

Jika Anda memiliki pertanyaan lebih lanjut, Anda dapat menghubungi peneliti melalui email muh.anwar@ui.ac.id

Salam,
Tim Peneliti:

M. Fikran Pandya
Sya'ban Abdullah Fiqri
Muhamad Asro Hizbul Wathoni
Muh. Anwar Fu'ady, S.Psi, M.A
Sali Rahadi Asih, M.Psi., MGPCC, Ph.D., Psikolog

SCAN HERE

Lampiran 5

Surat izin penelitian

Lampiran Surat Wakil Dekan Bidang Akademik
Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Nomor : 2254/F.Psi/PP.00.9/10/2025
Tanggal: 27 Oktober 2025
Tentang:

**NAMA-NAMA TIM PENELITI FAKULTAS PSIKOLOGI UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
DAN LABORATORIUM THUMBS, FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS INDONESIA**

NO	NAMA	JABATAN / STATUS	ASAL INSTITUSI
1.	Spi Rahadi Asih, M.Psi., MGPPC, Ph.D., Psikolog	Dosen dan Ketua Laboratorium THUMBS	Fakultas Psikologi Universitas Indonesia
2.	Mu. Anwar Fu'ady, S.Psi., M.A.	Dosen	Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
3.	M. Fikran Pandya (NIM. 220401110050)	Mahasiswa	Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
4.	Sya'ban Abdullah Fiqri (NIM: 220401110062)	Mahasiswa	Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
5.	Muhamad Asro Hisbul Wathoni (NIM. 220401110052)	Mahasiswa	Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Mengetahui dan menyetujui:
Penanggung jawab peneliti:
Mu. Anwar Fu'ady, S. Psi., M.A.
Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, CP: 08157615534