

HUBUNGAN ANTARA *SOCIAL PROBLEM SOLVING* DENGAN *SUICIDAL IDEATION* PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS PADJADJARAN

JIWIKA MIRA JOICE HUTAJULU

Dosen Pembimbing: Dra. Muniroh Abdurachman, M.Pd.

ABSTRAK

Defisit dalam *social problem solving* merupakan faktor yang mempengaruhi munculnya tingkah laku bunuh diri (Schotte & Clum, 1982; Pollock & Williams, 1998). Penelitian ini dilakukan untuk mengidentifikasi hubungan antara *social problem solving* dengan *suicidal ideation* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran. Sampel dalam penelitian ini adalah 94 orang dengan menggunakan teknik *stratified proportional random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran memiliki *social problem solving* yang baik dan *suicidal ideation* yang rendah. Korelasi antara kedua variabel tersebut adalah korelasi negatif, yang berarti semakin tinggi kemampuan *social problem solving* mahasiswa maka semakin rendah *suicidal ideation* yang dimilikinya.

Kata kunci: *social problem solving, suicidal ideation, mahasiswa*

PENDAHULUAN

Bunuh diri merupakan sebuah fenomena yang mendunia, dimana bunuh diri mengambil 1 juta nyawa tiap tahunnya (Meichenbaum, 2007). Di Amerika, ada sekitar 1100 mahasiswa yang bunuh diri di kampus setiap tahunnya. Berdasarkan data dari Berman et al. (2006) dalam Meichenbaum (2007), bunuh diri adalah penyebab kematian kedua pada mahasiswa.

Mahasiswa sedang berada di dalam tahap perkembangan *emerging adults*, yaitu sebuah fase transisi dari remaja ke dewasa yang terjadi ketika individu berumur 18-25 tahun (Arnett, 2006, 2007 dalam Santrock, 2005). Salah satu karakteristik pada tahap perkembangan ini adalah adanya eksplorasi akan pekerjaan, minat, cinta, dan lain-lain. Salah satu cara mengeksplor minat untuk orientasi masa depan adalah dengan mengikuti pendidikan di universitas.

Kuliah membuat individu menjadi pemikir yang lebih matang dan lebih fleksibel (Pascarella & Terenzini, 2005 dalam Berger, 2009). Di dunia perkuliahan, mahasiswa menghadapi tuntutan dalam berbagai bidang, seperti tuntutan akademis, lalu tuntutan sosial/lingkungan, tuntutan keluarga, tuntutan finansial, dan masih banyak lagi. Tidak jarang tuntutan ini saling bertabrakan, contohnya mahasiswa memiliki IPK rendah namun dituntut untuk lulus cepat oleh keluarga karena kesulitan finansial, atau mahasiswa tidak dapat berinteraksi dengan teman seangkatannya atau seniornya sehingga kurang mendapatkan info-info akademis atau non akademis. Agar dapat bertahan di dunia perkuliahan sebagai seorang mahasiswa, maka ia harus menyelesaikan berbagai jenis masalah yang muncul setiap harinya.

Social problem solving adalah sebuah proses yang disadari dimana individu mencoba menemukan solusi efektif untuk menghadapi masalah yang ditemukannya dalam kehidupan sehari-hari, yang dapat membantunya beradaptasi. *Social problem solving* telah dihubungkan pada fungsi adaptasi seseorang pada lingkungan sosial (D’Zurilla & Goldfried, 1971 dalam D’Zurilla, Nezu, & Sanna, 2004). Didukung oleh karakteristik kognitif pada tahap perkembangannya, yaitu pemikir yang fleksibel, sehingga idealnya mahasiswa memiliki keterampilan *social problem solving* agar dapat bertahan di dunia perkuliahan.

Berdasarkan data awal peneliti, 15 dari 113 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran berpikiran untuk mencoba bunuh diri karena masalah yang dialaminya. Pemikiran untuk bunuh diri ini disebut juga dengan *suicidal ideation*. *Suicidal ideation* adalah kehadiran dari perencanaan dan keinginan individu saat itu untuk melakukan bunuh diri pada individu yang belum mencoba bunuh diri (Beck et al., 1988 dalam Dozois & Covin, 2004). Penelitian telah membuktikan bahwa defisit dalam *social problem solving* merupakan faktor yang mempengaruhi munculnya *suicidal behavior* (Schotte & Clum, 1982; Pollock & Williams, 1998).

Menurut Holmes (1991) dalam Cassady & Cross (2006), jika seseorang memiliki *social problem solving* yang buruk, maka kemampuan tersebut akan muncul ketika mereka mengalami kondisi stress yaitu pada saat mengalami masalah. Strategi *problem solving* yang buruk akan menimbulkan pemikiran yang tidak fleksibel, dan mereka akan terfiksasi terhadap pemilihan solusi yang terbatas pada masalah tersebut. Jadi, ketika individu menemukan pilihan untuk bunuh diri sebagai salah satu solusi yang dapat dilakukan untuk menyelesaikan masalah tersebut, individu akan lebih

mungkin untuk memiliki *suicidal ideation* dan *suicidal tendencies* sampai ia mencoba bunuh diri.

Peneliti mengasumsikan bahwa mahasiswa yang memiliki *suicidal ideation* yang rendah memiliki *social problem solving* yang tinggi, dan sebaliknya, mahasiswa yang memiliki *suicidal ideation* yang tinggi memiliki *social problem solving* yang rendah. Oleh karena hal-hal tersebutlah peneliti terdorong untuk meneliti hubungan antara *social problem solving* dengan *suicidal ideation*.

METODE PENELITIAN

Jenis pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan non-eksperimental dengan metode penelitian korelasional. Penelitian noneksperimental adalah telaah empirik sistematis dimana ilmuwan tidak dapat mengontrol secara langsung variabel bebasnya karena manifestasinya telah muncul, atau karena sifat hakekat variabel itu memang menutup kemungkinan manipulasi. Inferensi tentang relasi antarvariabel dibuat, tanpa intervensi langsung, berdasarkan variasi yang muncul seiring dalam variabel dan variabel terikatnya (Kerlinger, 1986).

Studi korelasional terdiri dari pengukuran 2 variabel dan menentukan hubungan yang ada di antara kedua variable tersebut (Christensen, Johnson, & Turner, 2011). Pendekatan korelasional cukup efektif dalam mencapai tujuan penelitian yaitu deskripsi dan prediksi. Jika sebuah hubungan ditemukan di antara 2 variabel, maka kita dapat mendeskripsikan hubungan dan juga memprediksi 1 variabel berdasarkan pengetahuan terhadap 1 variabel lainnya (Christensen, Johnson, & Turner, 2011).

PARTISIPAN

Partisipan dari penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *stratified proportional random sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 94 responden.

Pengukuran

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisisioner, yang terdiri dari 3 bagian. Bagian pertama adalah bagian data pribadi responden yang akan digunakan sebagai data penunjang pembahasan, bagian yang kedua adalah kuisisioner yang mengukur *social problem solving* berdasarkan teori *social problem solving* dari Nezu, Nezu, dan D'Zurilla (2012) sebanyak 51 item, dan bagian yang terakhir adalah kuisisioner yang mengukur *suicidal ideation* berdasarkan teori Beck et al. (1979) sebanyak 33 item.

HASIL

Berdasarkan hasil dan pembahasan dalam penelitian ini mengenai hubungan antara *social problem solving* dengan *suicidal ideation*, peneliti mendapatkan kesimpulan yaitu:

1. Terdapat hubungan antara *social problem solving* dengan *suicidal ideation*. Artinya semakin baik Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran dalam memahami dan mencoba menemukan solusi yang tepat untuk beradaptasi, maka akan semakin rendah *suicidal ideation* yang dimilikinya.

2. Secara umum, Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran memiliki *social problem solving* yang baik dan *suicidal ideation* yang rendah.
3. *Negative problem orientation* memiliki kontribusi yang paling besar terhadap *suicidal ideation* dibandingkan dimensi lainnya, hal ini berarti dari dimensi-dimensi *social problem solving*, *negative problem orientation* paling mempengaruhi *suicidal ideation*.
4. Dari ketiga dimensi *suicidal ideation*, dimensi yang paling berpengaruh adalah dimensi *active suicidal desire* yaitu keinginan aktif mahasiswa pada saat itu untuk bunuh diri. Hal ini berarti bagaimana seseorang berproses untuk memahami dan mencoba menemukan solusi terhadap masalahnya paling mempengaruhi keinginan aktif mahasiswa untuk melakukan bunuh diri.
5. Seberapa baik atau buruknya *social problem solving* mahasiswa tidak akan berpengaruh pada bagaimana ia mempersiapkan aksi bunuh diri yang akan dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Beck, A. T., Kovacs, M., & Weissman, A. (1979). Assessment of Suicidal Intention: The Scale for Suicide Ideation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47 (2), 343-352.
- Berger, K. S. (2009). *Invitation to the Lifespan* (Vol. 1). New York: Worth Publishers.
- Peck, M. L., & Schrut, A. (1971). Suicidal Behavior Among College Students. *HSMHA Health Reports*, 86 (2), 149-156.
- Meichenbaum, D. (2007). *35 Years of Working with Suicidal Patients: Lesson Learned*. Miami: American Psychological Association.
- Christensen, L. B., Johnson, R. B., & Turner, L. A. (2011). *Research Methods, Design, and Analysis*. Boston: Pearson.
- Bridge, J. A., Goldstein, T. R., & Brent, D. A. (2006). Behavior, Adolescent Suicide and Suicidal. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 371-394.
- McAuliffe, C., Corcoran, P., Keeley, H. S., & Perry, I. J. (2003). Risk of Suicide ideation Associated with Problem-Solving Ability and Attitudes Toward Suicidal Behavior in University Students. *Crisis*, 24, 160-167.
- Berger, K. S. (2009). *Invitation to the Lifespan* (Vol. 1). New York: Worth Publishers.
- Santrock, D. W. (2005). *Human Adjustment*. New York: McGraw-Hill.
- Pollock, L. R., & Williams, J. M. (1998). Problem Solving and Suicidal Behavior. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 28 (4), 375-387.
- Soerachman, R. (2007). *Global School-Based Student Health Survey: Country Report*. Ministry of Health, National Health Research & Development. Jakarta: World Health Organization.
- World Health Organization. (2011). *Mental Health Atlas 2011: Indonesia*. World Health Organization, Department of Mental Health and Substance Abuse. Jakarta: World Health Organization.
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2012). Suicidal Ideation and Associated Factors among School-Going Adolescents in Thailand. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 9, 462-473.
- 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.
- D'Zurilla, T., & Maydeu-Olivares, A. (1995). Conceptual and Methodological Issues in Social Problem-Solving Assessment. *Behavior Therapy*, 26, 409-432.
- Pollock, L. R., & Williams, J. G. (2004). Problem-Solving in Suicide Attempters. *Psychological Medicine*, 34, 163-167.
- D'Zurilla, T. J., Nezu, A. M., & Sanna, L. J. (2004). *Social Problem Solving: Theory, Research & Training*. Washington: American Psychological Association.
- Kerlinger, F. N. (1990). *Asas-asas Penelitian Behavioral (Translation)*. Jogjakarta: Gadjah Mada University Press.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-span Development*. New York: McGraw Hill.

- Brock, S. E., Sandoval, J., & Hart, S. (2006). Suicidal Ideation and Behaviors. In Various, G. G. Bear, & K. M. Minke (Eds.), *Children's Needs III: Development, Prevention and Intervention* (Vol. 3, pp. 225-238). Washington DC: National Association of School Psychologists.
- Grover, K. E., Green, K. L., Pettit, J. W., Monteith, L. L., Garza, M. J., & Venta, A. (2009). Problem Solving Moderates the Effects of Live Event Stress and Chronic Stress on Suicidal Behaviors in Adolescence. *Journal of Clinical Psychology*, 1281-1290.
- Gravetter, F. J., & Wallnau, L. B. (2013). *Statistics for the Behavioral Sciences*. California: Wadsworth Cengage Learning.
- Siegel, S., & Castellan, Jr., N. J. (1988). *Nonparametric Statistics for the Behavioral Science*. New York: McGraw-Hill.
- Beck, A. T., Kovacs, M., & Weissman, A. (1979). Assessment of Suicidal Intention: The Scale for Suicide Ideation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47 (2), 343-352.
- Dozois, D. J., & Covin, R. (2004). The Beck Depression Inventory-II (BDI-II), Beck Hopelessness Scale (BHS), and Beck Scale for Suicide Ideation (BSS). In M. J. Hilsenroth, & D. L. Segal, *Comprehensive Handbook of Psychological Assessment: Personality Assessment* (Vol. 2, pp. 50-69). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Nezu, A. M., Nezu, C. M., & D'Zurilla, T. J. (2012). *Problem-Solving Therapy: A Treatment Manual*. New York: Springer Publishing Company.
- Cassady, J. C., & Cross, T. L. (2006). A Factorial Representation of Suicidal Ideation Among Academically Gifted Adolescents. *Journal for the Education of the Gifted*, 29 (3), 290-304.
- Friedenberg, L. (1995). *Psychological Testing: Design, Analysis and Use*. Massachusetts: Allyn & Bacon.
- Speckens, A. E., & Hawton, K. (2005). Social Problem Solving in Adolescents with Suicidal Behavior: A Systematic Review. *Suicide & Life-Threatening Behavior*, 365.