

Ag. Muna Qosyul
Edi S.
Dosen Pembimbing :

**PERSEPSI MAHASISWA PAI UII ANGKATAN 2021 TERHADAP KASUS
MAHASISWA BUNUH DIRI DI YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Jurusan Studi Islam Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas
Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia untuk memenuhi salah satu syarat guna
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:

Yunita Era Fazira

21422006

Pembimbing:

Edi Safitri, S.Ag. M.S.I

**JURUSAN STUDI ISLAM
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM
FAKULTAS ILMU AGAMA ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**

2025

PERSEPSI MAHASISWA PAI UIN ANGKATAN 2021 TERHADAP KASUS MAHASISWA BUNUH DIRI DI JOGJA

SKRIPSI

Diajukan kepada Jurusan Studi Islam Program Studi Pendidikan Agama Islam
Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia untuk memenuhi salah
satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:
Yunita Era Fazira
21422006

Pembimbing:
Edi Safitri, S.Ag. M.S.I

**JURUSAN STUDI ISLAM
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM
FAKULTAS ILMU AGAMA ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**

2025

HALAMAN PERNYATAAN

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yunita Era Fazira
NIM : 21422006
Program Studi : Pendidikan Agama Islam
Fakultas : Fakultas Ilmu Agama Islam
Judul Penelitian : Persepsi Mahasiswa PAI UII Angkatan 2021 terhadap Kasus Mahasiswa Bunuh Diri di Yogyakarta

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya sendiri dan tidak ada hasil karya orang lain kecuali yang diacu dalam penulisan dan dicantumkan dalam daftar pustaka. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka penulis bersedia bertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.

Demikian pernyataan ini penulis buat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Yogyakarta, 3 November 2025

Yang menyatakan

Yunita Era Fazira

HALAMAN PENGESAHAN



FAKULTAS
ILMU AGAMA ISLAM

Gedung K.H. Wahid Hasyim
Kampus Terpadu Universitas Islam Indonesia
Jl. Kaliurang km 14,5 Yogyakarta 55584
T. (0274) 898444 ext. 4511
F. (0274) 898463
E. fia@uii.ac.id
W. fia.uii.ac.id

PENGESAHAN

Tugas Akhir ini telah diujikan dalam Sidang Tugas Akhir Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Program Studi Pendidikan Agama Islam yang dilaksanakan pada:

Hari : Rabu
Tanggal : 29 Oktober 2025
Judul Tugas Akhir : Persepsi Mahasiswa PAI UII Angkatan 2021 terhadap Kasus Mahasiswa Bunuh Diri di Yogyakarta
Nama : YUNITA ERA FAZIRA
Nomor Mahasiswa : 21422006

Sehingga dapat diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana dari Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.

TIM PENGUJI

Ketua/Pembimbing
Edi Safitri, S.Ag, MSI

Penguji 1
Moh. Mizan Habibi, M.Pd.I

Penguji 2
Ahmad Zubaidi, S.Pd., M.Pd.

(.....)
(.....)
(.....)

Yogyakarta, 29 Oktober 2025
Fakultas Ilmu Agama Islam



NOTA DINAS

NOTA DINAS

Yogyakarta, 12 Jumadil Awal 1446 H

Senin, 3 November 2025

Hal: Skripsi

Kepada: Yth Dekan Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Di Yogyakarta

Assalamualaikum Wr. Wb.

Berdasarkan penunjukan Dekan Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia dengan surat nomor: **1640/Dek/60/DAATI/FIAI/XII/2024** tanggal 19 Desember 2024 atas tugas kami sebagai pembimbing skripsi saudara:

Nama : Yunita Era Fazira

NIM : 21422006

Program Studi : Pendidikan Agama Islam

Fakultas : Ilmu Agama Islam

Tahun Akademi : 2024/2025

Judul Skripsi : Persepsi Mahasiswa PAI UII Angkatan 2021 terhadap Kasus Mahasiswa Bunuh Diri di Yogyakarta

Setelah kami teliti dan kami adakan perbaikan, akhirnya kami berketetapan bahwa skripsi saudara tersebut diatas memenuhi syarat untuk diajukan ke siding munaqasah Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia.

Demikian, Bersama ini kami kirimkan softfile skripsi yang dimaksud,

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Dosen Pembimbing



Edi Safitri, S.Ag., M.S.I

MOTTO

Hidup adalah ujian, bukan untuk diakhiri, tetapi untuk dimaknai dengan iman dan kesabaran.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah Swt., Rabb semesta alam, yang dengan kasih dan kuasa-Nya telah menuntun setiap langkah penulis hingga sampai pada titik ini. Tiada daya dan upaya melainkan atas pertolongan-Nya. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada junjungan kita Nabi Muhammad Saw., suri teladan sepanjang masa, yang telah membawa umat manusia dari alam kegelapan menuju cahaya iman dan ilmu.

Dengan penuh kerendahan hati dan rasa syukur yang tak terhingga, skripsi ini penulis persembahkan kepada:

Ayahanda tercinta, Bapak Sukandi, Sosok yang tak pernah lelah berjuang demi kebahagiaan keluarga. Terima kasih atas setiap tetes keringat, doa, dan kerja keras yang tak pernah terucap namun begitu nyata terasa. Dari Ayah, penulis belajar tentang arti tanggung jawab, keikhlasan, dan keteguhan dalam menghadapi hidup. Semoga setiap langkah penulis menjadi bukti kecil dari usaha Ayah yang begitu besar.

Ibunda tersayang, Ibu Siti Anisah, Perempuan terhebat yang dengan kelembutan dan ketulusan hatinya menjadi cahaya dalam setiap langkah penulis. Doa-doa Ibu yang terlantun di sepertiga malam adalah kekuatan yang tak terlihat, namun begitu terasa menenangkan. Dari Ibu, penulis belajar arti cinta yang suci, kesabaran tanpa batas, dan keteguhan dalam berjuang. Terima kasih, Ibu, atas segalanya—kasihmu tak terbalas oleh apa pun di dunia ini.

Adikku tercinta, Haidar Mujahit, Terima kasih atas canda, semangat, dan kebersamaan yang menjadi penghibur di tengah penat perjuangan. Kehadiranmu mengajarkan penulis arti tanggung jawab dan kasih sayang dalam keluarga. Semoga kelak engkau tumbuh menjadi pribadi yang saleh, cerdas, dan membanggakan Ayah dan Ibu.

Skripsi ini adalah buah dari doa-doa kalian—doa yang tak pernah henti dipanjatkan dalam diam, diiringi harapan agar penulis mampu menapaki jalan kehidupan dengan ilmu dan iman.

Semoga persembahan kecil ini menjadi amal jariyah yang mengalir pahala bagi Ayah, Ibu, dan keluarga tercinta. Semoga Allah Swt. selalu melimpahkan rahmat, kesehatan, dan kebahagiaan dalam setiap langkah kalian.

REKOMENDASI PEMBIMBING

REKOMENDASI PEMBIMBING

Yang bertanda tangan dibawah ini, menerangkan bahwa:

Nama : Yunita Era Fazira

NIM : 21422006

Judul Skripsi : Persepsi Mahasiswa PAI UII Angkatan 2021 terhadap Kasus Mahasiswa
Bunuh Diri di Yogyakarta

Berdasarkan proses dan hasil bimbingan selama ini, serta dilakukan perbaikan, maka yang bersangkutan dapat mendaftarkan diri untuk mengikuti munaqasah skripsi pada Program Studi Pendidikan Agama Islam Jurusan Studi Islam Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.

Yogyakarta, 3 November 2025

Dosen Pembimbing



Edi Safitri, S.Ag., M.S.I.

ABSTRAK

PERSEPSI MAHASISWA PAI UII ANGKATAN 2021 TERHADAP KASUS MAHASISWA BUNUH DIRI DI YOGYAKARTA

Oleh:

Yunita Era Fazira

Dalam 3 tahun terakhir, kasus mahasiswa bunuh diri menjadi perhatian serius, khususnya di wilayah Yogyakarta. Tekanan akademik yang tinggi serta masalah psikologi menjadi faktor utama yang mendorong terjadinya tindakan tersebut. Namun, disisi lain ajaran islam secara tegas melarang tindakan bunuh diri, sehingga menimbulkan konflik persepsi dikalangan mahasiswa yang memadukan antara tekanan psikologis dan nilai-nilai ajaran islam. Penelitian ini bertujuan untuk memahami persepsi mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI) Universitas Islam Indonesia (UII) angkatan 2021 terhadap fenomena tersebut. Fokus utama penelitian ini terdapat dua aspek, yakni tekanan akademik sebagai faktor psikologis penyebab bunuh diri, serta pengaruh ajaran islam sebagai pedoman moral yang melarang tegas tindakan bunuh diri. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan metode pengumpulan data melalui wawancara mendalam dengan informan yang telah ditentukan sesuai kriteria.

Hasil penelitian mengungkap bahwa mahasiswa PAI menyadari besarnya tekanan akademik yang berpotensi menyebabkan stress berat, namun ajaran islam menjadi penyangga moral kuat untuk menolak tindakan tersebut. Namun terdapat beberapa informan yang mengatakan bahwa seseorang dengan tingkat religiusitas tinggi masih rentan terkena stress apabila belum mampu mengendalikan emosi yang ada dalam dirinya. Mahasiswa merekomendasikan perlunya pendekatan preventif berupa dukungan psikologis, penguatan keimanan serta peningkatan kesadaran pentingnya kesehatan mental dilingkungan kampus. Stigma negatif terhadap seseorang yang mengalami gangguan kesehatan mental menjadi tantangan tersendiri untuk proses penyembuhan seseorang yang mengalami gangguan kesehatan mental. Kesimpulannya adalah integrasi antara pemahaman psikologis dan nilai-nilai agama merupakan kunci utama dalam pencegahan kasus bunuh diri dikalangan mahasiswa.

Kata kunci: Persepsi Mahasiswa, Pendidikan Agama Islam, Bunuh Diri, Tekanan Akademik, Psikologi, Ajaran Islam, Pencegahan Bunuh Diri

ABSTRACT

PERCEPTION OF UII PAI STUDENTS CLASS OF 2021 TOWARDS STUDENT SUICIDE CASES IN YOGYAKARTA

By:

Yunita Era Fazira

In recent years, cases of student suicide have become a serious concern, especially in the Yogyakarta area. High academic pressure and psychological problems are the main factors that drive these actions. However, on the other hand, Islamic teachings strictly prohibit suicide, thus creating a conflict of perception among students who combine psychological pressure and Islamic values. This study aims to understand the perceptions of students of the Islamic Religious Education Study Program (PAI) of the Islamic University of Indonesia (UII) class of 2021 towards this phenomenon. The main focus of this study is two aspects, namely academic pressure as a psychological factor causing suicide, and the influence of Islamic teachings as a moral guideline that strictly prohibits suicide. The research method used is qualitative with a data collection method through in-depth interviews with informants who have been determined according to the criteria.

The results of the study revealed that Islamic Religious Education students are aware of the magnitude of academic pressure that has the potential to cause severe stress, but Islamic teachings are a strong moral support to reject such actions. However, there are several informants who say that someone with a high level of religiosity is still vulnerable to stress if they are not able to control their emotions. Students recommend the need for a preventive approach in the form of psychological support, strengthening faith and increasing awareness of the importance of mental health in the campus environment. The negative stigma against someone who experiences mental health disorders is a challenge in itself for the healing process of someone who experiences mental health disorders. The conclusion is that the integration of psychological understanding and religious values is the main key to preventing suicide cases among students.

Keywords: Student Perception, Islamic Religious Education, Suicide, Academic Pressure, Psychology, Islamic Teachings, Suicide Prevention.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT karena berkat rahmat, karunia, dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Persepsi Mahasiswa PAI FIAI UII Angkatan 2021 Terhadap Kasus Mahasiswa Bunuh Diri Di Yogyakarta” ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Agama Islam, Fakultas Ilmu Agama Islam, Universitas Islam Indonesia.

Penyusunan skripsi ini tentu tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Fathul Wahid, S.T., M.Sc., Ph.D. selaku Rektor Universitas Islam Indonesia.
2. Bapak Dr. Drs. Asmuni, M.A. selaku Dekan Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia.
3. Ibu Mir’atun Nur Arifah, S.Pd., M.Pd.I. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Agama Islam.
4. Bapak Edi Safitri, S.Ag. M.S.I. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang bersedia memberikan bimbingan dan arahan.
5. Seluruh dosen dan staf di lingkungan Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Agama Islam yang telah memberikan ilmu dan dukungan selama masa studi.
6. Kedua orang tua tercinta bapak Sukandi dan Ibu Siti Anisah yang selalu memberikan doa, semangat, dan kasih sayang yang tidak ternilai.

7. Teman-teman seperjuangan saya Till Jannah (Lutfiah Nur Hidayah, Diva Amelia Vega, Rifky Wijaya, dan Mochamad Zildan Triwibowo), yang telah menjadi sumber motivasi dan dukungan selama proses studi dan penyusunan skripsi serta canda tawa ketika sedang lelah mengerjakan skripsi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan di masa mendatang.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca serta dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang pendidikan.

Yogyakarta, 3 November 2025

Penulis

A handwritten signature in black ink, consisting of stylized, overlapping loops and lines, enclosed within a roughly drawn oval border.

Yunita Era Fazira

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
NOTA DINAS.....	iv
MOTTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
REKOMENDASI PEMBIMBING	viii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I LATAR BELAKANG	1
A. Fokus dan Pertanyaan Penelitian	7
B. Tujuan dan Kegunaan Penelitian.....	8
C. Sistematika Pembahasan	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA & LANDASAN TEORI	13
A. Kajian Pustaka	13
B. Landasan Teori.....	19
BAB III METODE PENELITIAN	34
A. Jenis Penelitian	33
B. Lokasi Penelitian	34
C. Sifat dan Pendekatan Penelitian.....	34
D. Informan Penelitian	34
E. Teknik Penentuan Informan.....	35
F. Metode Pengumpulan Data	37
G. Teknik Keabsahan Data.....	36
H. Teknik Analisis Data	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	40
A. Deskripsi Lokasi Penelitian	40
1. Visi dan Misi PAI.....	41

2.	Profil Lulusan Program Studi Pendidikan Agama Islam	42
3.	Kondisi Objektif Mahasiswa/i	43
C.	Pembahasan Hasil Penelitian	44
1.	Analisis Persepsi Mahasiswa PAI Angkatan 2021 terhadap Kasus Bunuh Diri di Yogyakarta	44
2.	Persepsi Psikologis Mahasiswa tentang Bunuh Diri	48
3.	Pandangan Ajaran Islam tentang Bunuh Diri	50
4.	Cara Pencegahan Bunuh Diri Menurut Mahasiswa PAI Angkatan 2021	54
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	59
A.	Kesimpulan	59
C.	Saran Penelitian Lanjutan.....	61
DAFTAR PUSTAKA		62
LAMPIRAN-LAMPIRAN		66

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Proses Analisis Data Penelitian Kualitatif	38
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen Penelitian	65
Lampiran 2 Transkrip Wawancara	71
Lampiran 3 Dokumentasi Wawancara	118

BAB I

LATAR BELAKANG

Kesehatan merupakan suatu hal yang sangat penting guna menunjang kualitas kehidupan manusia. Kesehatan tidak hanya kesehatan secara fisik namun juga kesehatan secara mental. Sehat secara fisik dan sehat secara mental hendaknya seimbang dalam hidup seseorang.

Menurut data rikesdas (riset kesehatan dasar) 2018 menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang menunjukkan dengan gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun keatas mencapai sekitar 61 dari jumlah penduduk indonesia atau setara dengan 11 juta orang.¹ Salah satu faktor yang menyebabkan kesehatan mental remaja terganggu adalah pola asuh orang tua yang otoriter dan permisif.²

Pola asuh otoriter ditandai dengan orang tua yang mengasuh anaknya dengan aturan yang ketat serta memaksa anak untuk menjadi seperti yang orang tua inginkan, anak jarang diajak berkomunikasi dan diajak ngobrol. Orang tua cenderung mengekang anaknya dan anak tidak boleh melakukan hal yang disukai tanpa seizin orang tuanya, hal ini akan membuat anak

¹ Nurhaeni, Marisa, and Oktiany, *“Peningkatan Pengetahuan Tentang Gangguan Kesehatan Mental pada Remaja,”* Hal.30.

² “Pola Asuh Orang Tua Dan Kesehatan Mental Remaja | Jurnal Kampus STIKes YPIB Majalengka,” accessed November 4, 2025, <https://journal.univypib.ac.id/index.php/jksym/article/view/20>.

cenderung mengalami stres dan depresi, karena sang anak terlalu dikekang dan selalu harus sesuai dengan keinginan orang tuanya.³

Faktor yang kedua ialah pola asuh permisif. Berbeda dengan pola asuh otoriter, pola asuh permisif orang tua cenderung terlalu membebaskan anak untuk bertindak dan berperilaku sesuai dengan keinginannya sendiri, orang tua tidak pernah memberikan arahan ataupun aturan kepada anak.⁴

Pola asuh orang tua diatas menimbulkan reaksi yang berbeda terhadap anak, pola asuh orang tua yang terlalu otoriter dan terlalu permisif menimbulkan reaksi yang berbeda dan menimbulkan kesehatan mental yang berbeda di setiap anak.

Seseorang yang mengalami depresi atau gangguan kesehatan akan menghindari komunikasi dengan sesama manusia ataupun dengan temannya dan menjadi pendiam. Ketika seseorang tersebut mengalami depresi dan tidak tahu akan bercerita kesiapa tentang masalahnya, maka orang tersebut akan semakin tambah mengalami stress. Orang yang mengalami gangguan mental ataupun depresi hendaknya mendapatkan perhatian khusus atau penolongan serta pengawasan dari keluarga ataupun orang terdekat, karena ketika seseorang tersebut sedang dalam posisi sendirian maka akan menimbulkan tindakan *self harm* atau melukai dirinya sendiri karena putus asa. Keputusan seseorang yang mengalami depresi dapat membuat seseorang melakukan tindakan yang dapat melukai dirinya sendiri ataupun bahkan sampai melakukan tindakan bunuh diri apabila orang tersebut tidak dalam pengawasan keluarga ataupun orang sekitar. Seseorang yang mengalami

³ Elan Elan, Stevi Handayani, “ Pentingnya Peran Pola Asuh Orang Tua Untuk Membentuk Karakter Anak Usia Dini,” accessed November 5, 2025, <https://obsesi.or.id/index.php/obsesi/article/view/2968/pdf>. Hal. 2953

⁴ *Ibid*, 2953

kesehatan mental terganggu dan depresi, cenderung akan melakukan tindakan bunuh diri karena menganggap dengan bunuh diri masalahnya akan selesai.

Menurut ajaran islam bunuh diri merupakan suatu tindakan yang dilarang dan jika melakukannya mendapatkan dosa besar. Didalam al-Quran pun dilarang untuk bunuh diri seperti dalam surah An-Nisa (4:29) allah berfirman : “ Jangan bunuh dirimu karena sesungguhnya allah maha penyayang kepadamu.⁵ Ayat ini menjadi salah satu rujukan dalam larangan bunuh diri dalam islam. Ajaran islam untuk memperkuat kesehatan mental para remaja sangat dibutuhkan pada saat ini. Karena diharapkan dengan seseorang memiliki pengetahuan agama yang kuat dan dekat dengan tuhan maka keinginan untuk bunuh diri akan terminimalisir.

Akhir- akhir ini terdapat banyak kasus bunuh diri, terutama dikalangan mahasiswa. Pendidikan saat ini sudah sangat maju dan semakin berkembang namun kesehatan mental penuntut ilmu semakin turun. Kesehatan mental menjadi faktor utama seseorang melakukan bunuh diri. Macam gangguan kesehatan mental biasanya terjadi pada remaja. Menurut Rianti dan Hidayat gangguan kesehatan mental meliputi rasa depresi, cemas, hiperaktif, gangguan pusat perhatian dan gangguan emosional serta perilaku. Banyak mahasiswa yang depresi dikarenakan sering kali mengalami stres akademik, stress akademik sendiri menjadi salah satu alasan pemicu gangguan mental. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke

⁵ Nurul Wulan Giar Fitria, Sofia Hani, and Lukmanul Hakim, *Penafsiran QS. An-Nisa:29 Dalam Tafsir Al-Bahr Al-Muhith: Larangan Bunuh Diri dan Relevansinya Terhadap Krisis Kesehatan Mental di Kalangan Generasi Muda*, Hal.587

atas mencapai sekitar 6,1% dari jumlah penduduk Indonesia atau setara dengan 11 juta orang. Penduduk berusia 15-24 tahun memiliki persentase depresi sebesar 6,2%.⁶

Di kota Yogyakarta terdapat banyak mahasiswa yang bunuh diri. Meskipun jogja disebut kota pelajar namun angka bunuh diri di kota tersebut lumayan tinggi. Bunuh diri di jogja sendiri seringkali dilakukan oleh mahasiswa. Dari catatan Dinas Kesehatan (Dinkes) DIJ, jumlah kasus bunuh diri pada 2022 sebanyak 74 kasus. Rinciannya 11 kasus di Kulon Progo, 14 kasus di Bantul, 3 kasus di Kota Jogja, 16 kasus di Sleman dan 30 kasus di Gunung Kidul.⁷

Dalam kasus bunuh diri yang marak terjadi pada akhir-akhir ini mengungkap bahwa kesehatan mental para remaja terutama mahasiswa sangat rendah. Menurut Callender dalam madani gangguan kesehatan mental dapat terjadi pada setiap individu tanpa terkecuali. Mahasiswa merupakan salah satu kelompok yang berisiko mengalami gangguan kesehatan mental khususnya dalam mengendalikan keseimbangan emosi mereka. Hal ini disebabkan karena mahasiswa termasuk kelompok usia 17-25 tahun yaitu masa peralihan dari fase remaja ke dewasa awal yang memiliki resiko tinggi mengalami gangguan emosional.⁸

⁶ Nugroho, Asri, and Pramesti, “ *Survei Kesadaran Mental Mahasiswa UPN Veteran Yogyakarta Di Era Digital dan Covid-19*”, hal. 38.

⁷ Gregorius Bramantyo dan Guntur Aga Tirtana, “*Bunuh diri oleh Kalangan Mahasiswa di Jogja Marak, Mayoritas Faktor Utamanya karena Tertekan oleh Tuntutan Gaya Hidup*”, 4 Nov 2025, "<https://radarjogja.jawapos.com/jogja/655016357/bunuh-diri-oleh-kalangan-mahasiswa-di-jogja-marak-mayoritas-faktor-utamanya-karena-tertekan-oleh-tuntutan-gaya-hidup>", diakses pada 4 November 2025.

⁸ Madani, Prasetyowati, and Kinanthi, “ *Hubungan Karakteristik Mahasiswa Dengan Kesehatan Mental Mahasiswa Selama Kuliah Online*,” Hal 73.

Dari beberapa kejadian tindakan bunuh diri diatas dapat disimpulkan bahwa kondisi psikologis remaja maupun anak-anak pada saat ini sangat rentan. Bahkan ketika sedang menghadapi suatu masalah yang dianggapnya berat para remaja cenderung berkeinginan untuk melakukan *self harm* (menyakiti diri sendiri) bahkan tak segan-segan melakukan tindakan bunuh diri. Dengan beberapa data diatas terdapat banyak kasus bunuh diri di Indonesia terutama di kota jogja dan kebanyakan ialah para mahasiswa yang melakukan tindakan bunuh diri.

Data resmi dari Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta menunjukkan tren peningkatan kasus bunuh diri di kalangan pelajar dan mahasiswa dalam lima tahun terakhir. Pada tahun 2020, tercatat 15 kasus bunuh diri di kalangan mahasiswa di Yogyakarta, meningkat menjadi 22 kasus pada tahun 2023. Data ini menunjukkan bahwa meskipun angka bunuh diri relatif kecil dibandingkan total populasi mahasiswa, dampak sosial dan psikologisnya sangat besar dan memerlukan intervensi yang tepat.

Berdasarkan data diatas tindakan bunuh diri dikalangan mahasiswa menimbulkan beragam pandangan atau persepsi terhadap seseorang yang melakukan tindakan bunuh diri. Terutama persepsi mahasiswa terhadap seseorang mahasiswa yang melakukan tindakan bunuh diri. Sebagai mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi cenderung kritis dalam menanggapi sebuah persoalan, terutama kasus bunuh diri di kalangan mahasiswa sendiri. Tindakan bunuh diri yang terjadi di kalangan mahasiswa cukup menjadi berita yang meprihatinkan. Kesehatan mental yang di miliki oleh seorang mahasiswa

hendaknya lebih menjadi perhatian serius, apabila yang melakukan tindakan bunuh diri adalah seorang mahasiswa.

Kesehatan mental merupakan aspek fundamental dalam kehidupan manusia yang memengaruhi kualitas hidup, produktivitas, dan kesejahteraan secara menyeluruh. Di kalangan mahasiswa, khususnya mahasiswa Pendidikan Agama Islam (PAI) di Universitas Islam Indonesia (UII) angkatan 2021, kesadaran dan persepsi terhadap kesehatan mental menjadi sangat penting mengingat tekanan akademik, sosial, dan psikologis yang mereka hadapi selama masa studi. Fenomena kesehatan mental di kalangan mahasiswa tidak hanya menjadi isu global, tetapi juga menjadi perhatian khusus di Indonesia, terutama dalam konteks pendidikan Islam yang mengedepankan nilai-nilai spiritual dan moral. Kesadaran akan kesehatan mental di lingkungan kampus PAI UII menjadi krusial untuk mendukung terciptanya lingkungan belajar yang sehat dan kondusif, sekaligus sebagai upaya pencegahan terhadap kasus-kasus ekstrem seperti bunuh diri yang belakangan ini terjadi di kalangan mahasiswa di Yogyakarta.

Banyaknya kasus bunuh diri di kalangan mahasiswa membuat peneliti penasaran mengenai bagaimana pandangan atau persepsi mahasiswa tentang kasus bunuh diri, karena kebanyakan yang melakukan tindakan bunuh diri adalah mahasiswa. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Persepsi Mahasiswa PAI UII Angkatan 2021 Terhadap Kasus Mahasiswa Bunuh Diri Di Yogyakarta”. Disini peneliti ingin mengetahui bagaimana persepsi mahasiswa PAI UII. Alasan kenapa peneliti memilih mahasiswa PAI UII ialah karena peneliti sangat mengidentifikasi bagaimana persepsi mahasiswa PAI UII

terhadap kasus mahasiswa bunuh diri. Salah satu faktor yang mendukung ialah karena di PAI UII terdapat beberapa mahasiswa yang memahami tentang ajaran Islam.

Dalam konteks sosial dan keagamaan di Indonesia, khususnya di Yogyakarta, pemahaman tentang kesehatan mental masih menghadapi berbagai tantangan, termasuk stigma dan kurangnya literasi mental di kalangan masyarakat dan mahasiswa.

Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini membuka ruang diskusi yang mendalam dan komprehensif mengenai persepsi mahasiswa PAI UII angkatan 2021 terhadap kesehatan mental dan ajaran Islam dalam menghadapi kasus bunuh diri mahasiswa di Yogyakarta. Pendekatan multidisipliner yang menggabungkan psikologi persepsi dan teologi Islam diharapkan dapat memberikan pemahaman yang holistik dan aplikatif, sekaligus menjadi dasar bagi pengembangan intervensi yang efektif dan berkelanjutan di lingkungan kampus dan masyarakat luas. Bab ini menjadi fondasi penting untuk memahami bagaimana nilai-nilai keagamaan dan teori psikologi dapat bersinergi dalam membentuk sikap dan perilaku mahasiswa terhadap isu kesehatan mental yang sangat krusial di era modern ini.

A. Fokus dan Pertanyaan Penelitian

Fokus penelitian ini adalah persepsi mahasiswa PAI FIAI UII terhadap kasus bunuh diri. Berdasarkan dengan latar belakang kasus mahasiswa bunuh diri di jogja, maka peneliti terfokus untuk mengetahui bagaimana persepsi mahasiswa PAI FIAI UII.

Dari latar belakang yang sudah dijelaskan diatas berikut ini beberapa pertanyaan peneliti:

1. Bagaimana persepsi mahasiswa PAI UII Angkatan 2021 terhadap kasus mahasiswa bunuh diri di Yogyakarta?
2. Bagaimana cara pencegahan dan penanganan mahasiswa bunuh diri dalam pandangan mahasiswa PAI UII angkatan 2021?

Fokus dan pertanyaan penelitian diatas merupakan bahan yang akan dijadikan acuan oleh peneliti untuk mencapai tujuan dari penelitian yang akan dilakukan. Penting bagi peneliti untuk memfokuskan penelitian dan pertanyaan penelitian agar tercapai maksud dan tujuan dari penelitian.

B. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan Penelitian

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

- a. Mengidentifikasi persepsi mahasiswa PAI UII Angkatan 2021 terhadap kasus mahasiswa bunuh diri di Yogyakarta.
- b. Mengetahui bagaimana cara pencegahan dan penanganan mahasiswa bunuh diri di Yogyakarta dalam pandangan mahasiswa PAI UII angkatan 2021

2. Kegunaan Penelitian

- a. Secara akademis, penelitian ini dapat mampu memberikan sumbangan yang kontributif kepada para calon guru agama terutama mahasiswa PAI FIAI UII dalam hal persepsi terhadap kasus bunuh diri yakni dengan

menyadari bahwa kesehatan mental dan ajaran islam seseorang itu sangat penting terutama bagi mahasiswa. Karena kesehatan mental dan ajaran islam sangat berpengaruh dengan kondisi mental seseorang. Kondisi mental yang sehat dapat membuat seseorang menjadi lebih bahagia dan tentram dalam menjalani hidupnya. Sebagai calon guru agama hendaknya mampu berfikir lebih kritis tentang kesehatan mental, karena kondisi kesehatan mental yang terganggu dapat mempengaruhi kondisi kesehatan fisiknya bahkan mampu mempengaruhi aktivitas-aktivitas kesehariannya.

- b. Di penelitian ini menekankan pada kesehatan mental seseorang terutama mahasiswa. Kesehatan mental menjadi hal yang penting dan perlu diperhatikan karena orang yang mengalami depresi dengan masalah yang dialami cenderung akan melakukan *self harm* (melukai diri sendiri) bahkan tak segan-segan melakukan tindakan bunuh diri. Oleh sebab itu semua pihak hendaknya ikut andildalam permasalahan Kesehatan mental ini terutama pihak kampus, mengingat banyaknya kasus mahasiswa bunuh diri akhir-akhir ini.

C. Sistematika Pembahasan

BAB 1 memuat beberapa sub bab antara lain yakni latar belakang masalah. Latar belakang masalah merupakan sebuah *background* yang digunakan oleh peneliti untuk membuat penelitian ini. Didalam latar belakang yang dimuat terdapat beberapa data-data dari berbagai sumber yang digunakan sebagai acuan oleh peneliti, karena data-data tersebutlah

peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Persepsi Mahasiswa PAI FIAI UII Tentang Kesehatan Mental Dan Ajaran Islam Tentang Kasus Mahasiswa Bunuh Diri Di Yogyakarta”. Kemudian ada fokus pertanyaan dan penelitian, dalam sub bab ini ada beberapa pertanyaan yang menyangkut tentang masalah yang akan di teliti. Fokus pertanyaan dan penelitian ini merupakan sub bab yang akan dijadikan pedoman ketika meneliti nantinya. Sub bab ini pula lah yang dijadikan pedoman ketika akan menguraikan masalah yang akan diteliti. Sub bab yang berikutnya adalah tujuan dan kegunaan penelitian. Dalam sub bab tujuan dan kegunaan penelitian ini berisikan tujuan dari penelitian ini sendiri dan beberapa harapan setelah selesai penelitian. Sub bab yang terakhir dalam BAB 1 ialah sistematika pembahasan, dalam sub bab ini menjelaskan tentang pembahasan yang akan dikupas secara umum dari penelitian ini.

BAB 2 terdapat subbab kajian Pustaka dan landasan teori. Sub bab kajian Pustaka sendiri membahas tentang persamaan penelitian yang diteliti dengan penelitian-penelitian terdahulu yang memiliki topik yang sama. Didalam kajian Pustaka terdapat pula beberapa pendapat para tokoh yang berkaitan dengan penelitian ini. Kemudian yang selanjutnya terdapat landasan teori, dalam penelitian hendaknya peneliti tidak asal menurut pandangan pribadinya saja namun harus secara subjektif dan berlandaskan dengan beberapa pendapat atau teori yang telah teruji kebenaran atau keabsahannya.

BAB 3 memuat subbab tentang metode penelitian lapangan yang mencakup tentang jenis penelitian dan pendekatan penelitian ketika proses pengambilan data. Dalam subbab ini tipe penelitian yang akan dimuat sangat menentukan hasil dari penelitian tersebut. Tempat atau lokasi penelitian merupakan tempat dimana proses pengumpulan data untuk penelitian berlangsung. Informan penelitian ialah kelompok atau individu yang akan menjadi narasumber yang akan memberikan informasi kepada peneliti. Strategi yang digunakan untuk mengakumulasi data yang telah didapatkan dari beberapa sumber disebut teknik pengumpulan data. Selanjutnya ada keabsahan data, keabsahan data merupakan sebuah teknik yang digunakan untuk meneliti data yang telah dikumpulkan. Terakhir adalah teknik analisa data, dalam teknik analisa data inilah yang menjadi penentu akan dibawa kemana arah hasil data yang telah dikumpulkan dan diolah tersebut.

BAB 4, hasil dan pembahasan ialah subbab yang berisikan tentang penyampaian data yang telah diolah dalam metode penelitian. Dalam bab 4 inilah hasil penelitian akan dituliskan. Setelah proses penelitian menggunakan metode penelitian yang sesuai, hal yang hendak dilakukan peneliti ialah menuliskan hasil penelitian yang telah dilakukan di bab 4. Di bab 4 mengupas mengenai hasil- hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya.

BAB 5, kesimpulan, dalam bab 5 berisikan kesimpulan mengenai hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti. Kesimpulan ini

merupakan gambaran ringkasan akhir dari seluruh penelitian. Dalam kesimpulan memuat inti-inti yang terkandung dalam penelitian. Kesimpulan dalam bab 5 penelitian merupakan tahap terakhir dalam penyusunan skripsi. Dalam bab 5 berisikan kesimpulan dan saran yang akan dituliskan oleh peneliti berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di lapangan oleh peneliti.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA & LANDASAN TEORI

A. Kajian Pustaka

Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu melakukan kajian pustaka terkait literatur yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan. Disini penulis banyak menemukan beberapa penelitian serta buku yang temanya relevan dengan penelitian yang akan dilakukan. Diantaranya sebagai berikut:

1. Peran Agama dalam Membentuk Kesehatan Mental Remaja

Dalam penelitian ini yang dituliskan oleh Yasipin, Silvia Ayu Rianti dan Nurman Hidayat mengungkapkan bahwa kesehatan mental dapat sangat mempengaruhi kondisi pikiran seseorang, karena dengan kondisi pikiran yang tidak sehat dapat menimbulkan kesehatan mental. Namun kesehatan mental tersebut dapat diatasi dengan cara terapi religious. Dzikir sendiri dapat membuat seseorang menjadi rileks.⁹ Menurut penelitian ini dengan seseorang memahami pedalaman ilmu agama dapat membuat seseorang semakin mempunyai kondisi kesehatan mental yang sehat.

2. Bunuh Diri pada Kelompok Usia Remaja

Dalam buku yang dituliskan oleh Dr. Atih Rahayuningsih, Prof Achir Yani S. Hamid, Prof. Dr. Budi Anna Keliat, Prof. Dr. dr. R. Irawati

⁹ Yasipin, Rianti, and Hidayat, *"Peran Agama dalam Membentuk Kesehatan Mental Remaja"*. Hal. 75

Ismail, Sp.K.J.(K), dan Agus Sri Banowo mengungkapkan bahwa kasus bunuh diri adalah salah satu masalah Kesehatan jiwa yang harus mendapatkan perhatian khusus. Bunuh diri pada remaja menjadi perhatian karena di beberapa negara angka kejadiannya cenderung meningkat. Angka bunuh diri remaja di Amerika 1,7 per 100.000 populasi dan di Indonesia belum diketahui secara pasti namun angka keinginan bunuh diri diketahui 6,5 per 10.000 populasi.¹⁰ Kesehatan mental menjadi sorotan dalam masyarakat termasuk didunia pendidikan. Karena berdasarkan data tersebut banyak anak usia remaja yang melakukantindakan bunuh diri.

3. Peran Keluarga dalam Kasus Bunuh diri Anak dan Remaja

Dalam penelitian yang dituliskan oleh Choirul Anam, Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan mengungkapkan bahwa deperi menjadi sebuah faktor utama penyebab bunuh diri. Depresi saja tidak cukup kuat untuk memunculkan perilaku bunuh diri pada anak dan remaja. Terdapat kondisi eksternal yang buruk baru akan memicu perilaku tindakan bunuh diri. Faktor lingkungan menjadi salah satu faktor eksternal yang berkaitan dengan tindakan bunuh diri. Bahkan keluarga bisa jadi menjadi sumber tekanan bagi pelaku bunuh diri.¹¹ Kondisi keluarga yang baik dapat menjadikan anak memiliki mental yang sehat dan sebaliknya, jika keluarga memiliki kondisi yang buruk atau keluarga yang tidak baik untuk anak,

¹⁰ Adab, *Bunuh Diri Pada Kelompok Usia Remaja*, hal 3.

¹¹ akhmad, "*Peran Keluarga Dalam Kasus Bunuh Diri Anak dan Remaja*," hal. 17.

maka anak rentan terkena depresi. keluarga menjadi benteng terakhir untuk anak atau remaja dalam menghadapi masalahnya.

4. Persepsi Remaja terhadap Upaya Bunuh Diri dalam Film “Kembang Api”

Dalam penelitian yang berjudul “ *Persepsi Remaja Terhadap Upaya Bunuh Diri dalam Film “Kembang Api”*” yang ditulis oleh Farhan Aditya Danendra dan Augustin Mustika Chairil mengungkapkan bahwa persepsi para remaja terhadap Upaya bunuh diri dalam film kembang api ini berbeda-beda. Peran dalam karakter dalam film sangat berpengaruh persepsi penonton tentang kasus bunuh diri.¹² Dalam film ini para penonton menjadi lebih terbuka terhadap isu-isu Kesehatan mental yang terjadi, karena kesehatan mental menjadi salah satu penyebab kenapa orang tersebut melakukan tindakan bunuh diri.

5. Faktor Penyebab Bunuh Diri pada Mahasiswa

Penelitian ini ditulis oleh Mysha Alesha Muslim, Nisa Aulia Rahmawati dan Zahara Mu’tasimah Billah dari Universitas Ageng Tirtayasa. Dalam penelitian ini mengungkap tentang faktor-faktor penyebab remaja melakukan Tindakan bunuh diri. Remaja merupakan populasi yang rentan akan ide untuk melakukan percobaan bunuh diri. Pada masa remaja banyak terjadi perubahan baik perubahan biologis maupun psikologis. Remaja yang sedang memiliki masalah dan dirasa tidak ada jalan keluarnya

¹² Farhan Aditya Danendra and Augustin Mustika Chairil, “Persepsi Remaja Terhadap Upaya Bunuh Diri Dalam Film ‘Kembang Api,’” *Filosofi : Publikasi Ilmu Komunikasi, Desain, Seni Budaya* 1, no. 4 (2024): Hal. 240, <https://doi.org/10.62383/filosofi.v1i4.404>.

akan mengalami depresi. Menurut Beck 1985 depresi diakibatkan karena adanya kesalahan dalam berfikir, sehingga ketika tidak menemukan Solusi atas masalah yang dialami akan melakukan ide bunuh diri.¹³ Akhir-akhir ini tak jarang remaja yang mengalami stress ataupun depresi karena terdapat tekanan baik dari keluarga maupun lingkungan sekitarnya. Hal tersebutlah yang membuat mereka tidak memiliki semangat sehingga mudah terdorong untuk melakukan tindakan bunuh diri.

6. Intervensi Pencegahan Bunuh diri pada Remaja

Dalam penelitian yang berjudul “Intervensi Pencegahan Bunuh diri pada Remaja: *Literature Review*” yang ditulis oleh Hendrawati, Iceu Amira, Indra Maulana, Sukma Senjaya Universitas Padjajaran Fakultas Keperawatan membahas mengenai resiko bunuh diri pada remaja disebabkan oleh beberapa hal seperti menjadi korban pelecehan disekolah maupun dengan teman sebaya, mengalami masalah psikologis, menghadapi tantangan baru yang dirasa sangat berat dihadapi, masalah keuangan dan masalah dalam keluarga atau teman sebaya. Dalam penelitian ini terdapat subbab mengenai program SPIRIY (*Suicide Prevention and Implementation Research Initiative*) yang bertujuan untuk intervensi pencegahan bunuh diri. Dalam program ini dapat meningkatkan Kesehatan mental serta pemecahan masalah dan kecerdasan emosional. Pencegahan bunuh diri pada remaja sangat penting dan membutuhkan partisipasi dari

¹³ Muslim, Rahmawati, and Billah, “*Faktor Penyebab Bunuh Diri Pada Mahasiswa*,” Hal. 264.

banyak pihak. Dengan menerapkan Upaya-upaya pencegahan diharapkan kesehatan mental para remaja menjadi lebih baik serta terhindar dari tindakan bunuh diri.

7. Mahasiswa dan Bunuh Diri: Resiliensi Mahasiswa dalam Menghadapi Skripsi

Penelitian ini ditulis oleh Silviana Purwanti dan Ainun Nimatu Rohmah Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman. Dalam implikasi webinar series ‘depresi, skripsi dan bunuh diri hasil yang diperoleh yakni rendahnya resiliensi akademik terhadap tekanan psikologis dan sosial dalam proses pengerjaan skripsi. Mahasiswa mengharapkan mendapatkan dosen yang mudah ketika melakukan proses bimbingan skripsi. Sementara, dosen pun berharap mahasiswa bimbingannya mengerti dengan mudah ketika ada koreksi atau revisi dalam skripsinya. Pada titik inilah keterkaitan hubungan antara dosen dengan mahasiswa yang bergantung dengan komunikasi. Kualitas ini tidak hanya diperlukannamun sangat penting bagi Kesehatan mental mahasiswa. Mahasiswa sebagai manusia yang memiliki usia yang relatif muda memerlukan dukungan baik secara moral maupun emosional dari lingkungan sekitar. Oleh karena itu peran orang-orang terdekat sangat penting dalam memandang mahasiswa dan kasus ide bunuh diri tersebut.

8. Dukungan Sosial dan Hubungannya dengan Ide Bunuh Diri pada Mahasiswa Rantau

Penelitian ini ditulis oleh Alifia Salsabhila dan Ria Utami Panjaitan, Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia dalam Jurnal Keperawatan Jiwa Volume 7 No. Hal 107-114, Mei 2019, FIKKes Universitas Muhammadiyah Semarang bekerjasama dengan PPNI Jawa Tengah. Dalam hasil penelitian ini menjelaskan bawaada hubungan antara dukungan sosial (dari sumber keluarga, teman, dan *significant others*) dengan ide bunuh diri. Menurut Holt et al (2014) faktor yang dapat menyebabkan mahasiswa memiliki ide bunuh diri adalah masalah hubungan, krisis yang dialami, masalah Kesehatan jiwa dan masalah dengan pasangan. Dalam penelitian ini Upaya pencegahan untuk ide bunuh diri pada mahasiswa Rantau ialah diperlukannya skrining Kesehatan mental, Pendidikan Kesehatan, dan meningkatkan dukungan sosial untuk mencegah tindakan yang muncul dari ide bunuh diri.

Berdasarkan beberapa kajian pustaka yang telah dipaparkan diatas, kebanyakan penelitian membahas mengenai penyebab mahasiswa bunuh diri, peran keluarga dalam kasus bunuh diri, peran agama dalam kasus mahasiswa bunuh diri. Akan tetapi belum terdapat penelitian yang membahas tentang bagaimana persepsi mahasiswa PAI UII angkatan 2021 terhadap kasus mahasiswa bunuh diri di Yogyakarta. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tersebut, dikarenakan belum terdapat penelitian yang serupa. Posisi penelitian yang akan saya lakukan sejajar dengan penelitian yang berjudul “Persepsi Remaja Terhadap Upaya Bunuh Diri Dalam Film Kembang Api”, dikarenakan sama-sama menguak tentang persepsi remaja dan penelitian

yang akan saya lakukan menguak tentang bagaimana persepsi mahasiswa PAI UII Angkatan 2021 terhadap kasus mahasiswa bunuh diri di Yogyakarta.

B. Landasan Teori

Guna untuk menunjang penelitian yang akan dilakukan, penulis membutuhkan beberapa landasan teori yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan. Berikut beberapa teori yang berhubungan dengan penelitian ini:

1. Persepsi

Persepsi dapat dilihat dari definisi secara epistemologis maupun definisi dari para beberapa ahli. Menurut Marliany persepsi adalah sebuah cara pandang terhadap sesuatu atau mengutarakan pemahaman berdasarkan hasil olah pikir.¹⁴ Terdapat beberapa faktor-faktor eksternal yang direspon melalui panca indra, daya ingat dan daya jiwa manusia. Berikut adalah beberapa pendapat para ahli mengenai persepsi:

- a. Menurut Walgito 2004, persepsi adalah suatu proses pengorganisasian, penginterpretasian terhadap stimulus yang diterima oleh organisme atau individu sehingga menjadi sesuatu yang berarti, dan merupakan aktivitas yang integrated dalam diri individu.¹⁵

¹⁴ Mukadar, Bahrin, and Setiorini, "Persepsi Pengurus Badan Kemakmuran Masjid (BKM) Terhadap Bank Syariah Di Kecamatan Ratu Samban Kota Bengkulu. Hal 223.

¹⁵ *Ibid.*, 223

- b. Menurut Saleh 2004, persepsi ialah sebuah proses yang menggabungkan dan mengorganisasikan data-data indra kita untuk dikembangkan sedemikian rupa, sehingga dapat menyadari disekeliling.¹⁶
- c. Menurut Robbins dan Judge (2013), persepsi adalah "proses di mana individu memilih, mengorganisasi, dan menginterpretasikan input sensorik untuk menciptakan pandangan dunia mereka." Persepsi dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pengalaman, nilai, dan budaya individu.
- d. Gibson, Ivancevich, dan Donnelly (2009) menambahkan bahwa persepsi adalah kunci dalam memahami perilaku manusia, karena cara seseorang memahami dan merespons situasi sangat dipengaruhi oleh persepsi mereka.

Berdasarkan pemaparan pendapat para ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa persepsi ialah sebuah proses yang berawal dari indera penglihatan sehingga dapat membentuk tanggapan atau asumsi yang terjadi dalam individu, sehingga individu dapat menyadari sesuatu yang terjadi dilingkungannya melalui indra-indra yang dimilikinya. Persepsi seseorang dipengaruhi oleh pengalaman hidup individu. Perbedaan pengalaman hidup seseorang dapat mempengaruhi persepsi mereka. Lingkungan tempat tinggal juga mempengaruhi persepsi dari seseorang. Teori persepsi merupakan salah satu landasan penting dalam memahami bagaimana individu memproses informasi dari lingkungan sekitar dan membentuk

¹⁶ *Ibid.*,224

makna yang memengaruhi sikap serta perilaku mereka. Dalam konteks kesehatan mental, terutama di kalangan mahasiswa Pendidikan Agama Islam (PAI) UII angkatan 2021, teori persepsi menjadi sangat relevan untuk mengkaji bagaimana mereka memahami, menilai, dan merespons isu kesehatan mental dan kasus bunuh diri yang terjadi di lingkungan mereka. Persepsi tidak hanya sekadar proses pasif menerima informasi, melainkan merupakan proses aktif yang melibatkan interpretasi, seleksi, dan pemberian makna terhadap rangsangan yang diterima, yang kemudian membentuk pandangan dan sikap individu terhadap suatu fenomena.

Persepsi terbentuk melalui beberapa tahapan, dimulai dari penginderaan (sensation), di mana individu menerima rangsangan dari lingkungan melalui panca indera. Selanjutnya, proses pengorganisasian dan interpretasi informasi terjadi, yang dipengaruhi oleh faktor internal seperti pengalaman sebelumnya, nilai-nilai, keyakinan, dan kondisi psikologis, serta faktor eksternal seperti konteks sosial dan budaya. Dalam hal ini, mahasiswa PAI UII yang memiliki latar belakang pendidikan agama Islam tentu membawa kerangka nilai dan keyakinan yang khas dalam memaknai isu kesehatan mental dan bunuh diri. Proses ini menjadikan persepsi sebagai konstruksi subjektif yang dapat berbeda antara individu satu dengan yang lain, meskipun mereka berada dalam lingkungan yang sama. Salah satu konsep penting dalam teori persepsi adalah adanya bias kognitif yang dapat memengaruhi cara seseorang memproses informasi. Bias ini dapat berupa

stereotip, prasangka, atau distorsi kognitif yang menyebabkan individu menafsirkan informasi secara tidak objektif.

Dalam konteks kesehatan mental, bias ini seringkali muncul dalam bentuk stigma negatif terhadap gangguan mental, yang menyebabkan individu enggan mengakui masalahnya atau mencari bantuan. Mahasiswa PAI UII, yang terbentuk dalam lingkungan religius, mungkin memiliki persepsi yang dipengaruhi oleh interpretasi ajaran Islam tentang kesehatan mental dan bunuh diri, yang bisa memperkuat stigma atau sebaliknya, membuka ruang untuk empati dan dukungan sosial. Selain itu, teori persepsi juga menekankan peran pengaruh sosial dalam membentuk persepsi individu. Lingkungan sosial, termasuk keluarga, teman sebaya, dosen, dan komunitas kampus, memberikan kerangka referensi yang memengaruhi bagaimana mahasiswa menilai dan merespons isu kesehatan mental. Dalam lingkungan pendidikan Islam, norma dan nilai agama menjadi faktor dominan yang membentuk persepsi mahasiswa. Misalnya, ajaran Islam yang menegaskan larangan bunuh diri dan menekankan rahmat serta kasih sayang dapat menjadi landasan bagi mahasiswa untuk mengembangkan sikap yang menolak tindakan bunuh diri dan mendukung upaya pencegahan serta pemulihan kesehatan mental. Penerapan teori persepsi dalam konteks kesehatan mental mahasiswa PAI UII dapat dilihat dari bagaimana mereka menginterpretasikan pengalaman stres, tekanan akademik, dan masalah psikologis lainnya. Persepsi mereka terhadap kesehatan mental tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan ilmiah, tetapi juga oleh pemahaman agama

dan nilai-nilai sosial yang mereka anut. Misalnya, mahasiswa yang memandang kesehatan mental sebagai bagian dari ibadah dan tanggung jawab moral cenderung memiliki sikap yang lebih positif terhadap upaya pencegahan dan penanganan gangguan mental. Sebaliknya, persepsi yang didasarkan pada stigma atau kesalahpahaman dapat menghambat mahasiswa untuk mencari bantuan atau mendukung teman yang mengalami masalah mental.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Persepsi

Persepsi seseorang tidak muncul begitu saja dan setiap orang memiliki persepsi yang berbeda. Ada beberapa faktor yang menyebabkan perbedaan persepsi pada seseorang. Menurut Nurhasanah 2023 perbedaan persepsi dapat ditelusuri pada adanya perbedaan-perbedaan individu, perbedaan kepribadian, perbedaan sikap atau perbedaan dalam motivasi, karena pada dasarnya terbentuknya persepsi ini terjadi dalam diri seseorang dan persepsi juga dipengaruhi oleh pengalaman, proses belajar dan pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang.¹⁷ Menurut Wood 2016 ada beberapa faktor yang mempengaruhi persepsi diantaranya adalah *Physiologic Factor, Expectations, Cognitive Abilities, Social Roles, Membership in Cultures dan Social Communities*.¹⁸

a. Physiological Factor

¹⁷ Hal. 224

¹⁸ Dr.PH, *Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi Covid-19, Akses Layanan Kesehatan - Lengkap Dengan Konsep Teori, Cara Mengukur Variabel, dan Contoh Kuesioner*. Hal. 30

Salah satu faktor yang menyebabkan perbedaan persepsi seseorang adalah perbedaan kemampuan sensoris dan fisiologis. Kemampuan indra atau kepekaan indra setiap orang berbeda-beda. Misalnya terdapat seseorang yang menyukai pedas, ada pula seseorang yang tidak menyukai pedas. Ketika seseorang dalam kondisi tidak sehat juga akan mempengaruhi persepsi. Pada umumnya seseorang akan memersepsikan sesuatu tersebut negatif dibandingkan pada saat sehat.

b. Expectation

Persepsi pada seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor harapan atau ekspektasi. Beberapa informasi yang didapatkan oleh seseorang dapat mempengaruhi penafsiran dalam hal tersebut. Informasi yang diterima dapat memunculkan harapan seseorang yang dapat mempengaruhi persepsinya.

c. Cognitive Abilities

Kompleksitas kognitif dapat mempengaruhi persepsi seseorang. Misalnya, jika seseorang melihat orang lain hanya dari sisi baik dan buruk maka orang tersebut mempunyai cara terbatas dalam memahami atau memersepsikan orang lain. Demikian pula dengan orang yang fokus pada data konkret maka akan cenderung mempunyai pemahaman yang kurang daripada orang yang juga memahami data psikologis.

d. Social Roles

Peran sosial juga dapat mempengaruhi persepsi seseorang. Contohnya, seorang tokoh masyarakat memersepsikan masyarakatnya

berdasarkan peran sosialnya, guru mempersepsikan muridnya berdasarkan peran sosial sebagai seorang pendidik.

e. Membership in Cultures dan Social Communities

Keanggotaan dalam suatu budaya dapat mempengaruhi persepsi. Orang-orang yang termasuk dalam komunitas yang dapat membentuk pengalaman, perspektif dan pengetahuan dapat memiliki persepsi yang berbeda. Komunitas sosial ialah sebuah sekelompok orang yang merupakan bagian dari masyarakat yang memegang nilai-nilai, pemahaman, dan praktik yang tidak dimiliki orang-orang yang berada diluar kelompok atau komunitas.¹⁹

Dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi persepsi seseorang ialah kepribadian, pengalaman, dan motivasi seseorang dapat mempengaruhi cara mereka memandang sesuatu. Perbedaan kepribadian menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi persepsi seseorang. Pengalaman yang berbeda pun dapat mempengaruhi persepsi seseorang, semakin berbeda pengalaman yang dialami selama hidupnya semakin berbeda pula persepsinya dengan orang lain. Terdapat banyak yang menjadi faktor persepsi diantaranya selain kepribadian dan pengalaman adalah lingkungan. Lingkungan yang menjadi tempat tinggal seseorang mempengaruhi persepsi seseorang dalam memandang suatu hal. Faktor yang mempengaruhi persepsi seseorang selain pengalaman, kepribadian dan lingkungan ialah objek yang diamati, perbedaan seseorang memandang

¹⁹ *Ibid.*, Hal. 31

suatu objek dapat berbeda tergantung karakteristik objek, intensitas dan kesamaan dengan hal yang lain, dapat mempengaruhi cara objek tersebut dipersepsikan.

3. Kesehatan Mental

Kesehatan mental menurut WHO (2020) Kesehatan mental didefinisikan sebagai keadaan sejahtera dimana individu dapat menyadari kemampuan mereka sendiri, mengatasi tekanan hidup yang normal, bekerja secara produktif, dan berkontribusi pada komunitas mereka. Dalam perspektif islam, kesehatan mental bukan hanya mencakup aspek psikologis tetapi juga spritual. ialah sebuah aspek yang sangat penting guna mewujudkan kesehatan seseorang secara menyeluruh. Namun, disebagian negara-negara besar masalah kesehatan mental belum diprioritaskan apabila dibandingkan dengan penyakit menular. Menurut Darajat kesehatan mental adalah keharmonisan dalam kehidupan yang terwujud antara fungsi-fungsi jiwa, kemampuan menghadapi masalah yang dihadapi, serta mampu merasakan kebahagiaan dan kemampuan dirinya secara positif.²⁰

Semua orang dapat mengalami gangguan kesehatan mental tidak terkecuali mahasiswa. Menurut teori Erikson mahasiswa berada pada tahap remaja akhir dan dewasa awal, dimana masa ini merupakan masa kondisi mental yang tidak stabil, diiringi dengan konflik dan tuntutan serta

²⁰ Mustika Sarila Ningrum Dkk " *Meningkatkan Kepedulian Terhadap Gangguan Kesehatan Mental Pada Remaja,*" Hal. 1175.

perubahan suasana hati. Apabila individu tersebut tidak mampu mengontrol hal-hal yang terjadi maka dapat menimbulkan masalah kesehatan mental yang dapat mempengaruhi kesehatan fisiknya juga.²¹ Tuntutan tugas akademik adakalanya terasa berat bagi mahasiswa. Bisa jadi tugas yang dirasa di luar kemampuannya membuat mahasiswa menjadi stres. Tidak hanya tugas akademik saja, terbatas ruang untuk bersosialisasi juga dapat menyebabkan mahasiswa menjadi memiliki gangguan kesehatan mental. Kemudian proses pembelajaran yang terlalu padat dapat membuat mahasiswa menjadi stres karena berkurangnya waktu istirahat bagi mahasiswa. Pola tidur dan pola makan yang terganggu dapat membuat seseorang atau mahasiswa tersebut menjadi stres dan dapat mengganggu kesehatan fisiknya juga. Apabila mahasiswa dibawah tekanan secara terus menerus akan membuatnya memiliki gangguan kesehatan mental bahkan depresi.

4. Bunuh Diri

Bunuh diri merupakan sebuah tindakan menghilangkan nyawa diri sendiri dengan cara yang disengaja. Bunuh diri merupakan tindakan representasional yang agresif. Menurut kartono ada beberapa definisi bunuh diri yakni sebagai berikut:

- a. Bunuh diri adalah pembunuhan secara simbolis sebab ada peristiwa identifikasi dengan seseorang yang dibenci, dengan melakukan tindakan

²¹ Aloysius Dkk “Analisis Kesehatan Mental Mahasiswa Perguruan Tinggi X Pada Awal Terjangkitnya Covid-19 Di Indonesia | Jurnal Citizenship Virtues,” accessed December 15, 2024, <https://jurnal.stkipkusumanegara.ac.id/index.php/citizenshipvirtues/article/view/962>. Hal 24.

bunuh diri orang yang bersangkutan secara simbolis membunuh orang yang membencinya.

- b. Bunuh diri ialah satu jalan mengatasi masalah pribadi, misalnya seperti kesepian, takut, sakit fisik, dosa dan lain-lain.
- c. Bunuh diri ialah prakarsa/intisari perbuatan yang mengarah pada kematian pemrakarsa.
- d. Bunuh diri ialah keinginan yang mendorong suatu perbuatan untuk melakukan tindakan pengrusakan diri.
- e. Bunuh diri adalah keadaan hilangnya kemauan untuk menjalani hidup
- f. Bunuh diri adalah derajat ketegasan dan ketegaran keputusan untuk memprakarsai perbuatan yang mengarah pada kematian sendiri.²²

Berdasarkan beberapa definisi diatas dapat disimpulkan bahwa bunuh diri merupakan suatu tindakan yang dilakukan seseorang atas dasar tekanan yang dimiliki karena merasa tidak mempunyai seseorang untuk menghadapi masalah yang dihadapinya. Selain itu orang yang melakukan tindakan bunuh diri ialah merupakan orang yang kurang memahami aturan agama atau hal-hal yang membahayakan menurut agama. Kebanyakan orang yang melakukan tindakan bunuh diri disebabkan oleh gangguan kesehatan mental serta gangguan psikis. Sehingga memilih untuk melakukan tindakan bunuh diri untuk mengakhiri hidupnya. Peran agama sangat penting dalam kehidupan seseorang karena agama dapat mengontrol

²² Mysha Alesha Muslim Dkk “ *Faktor Penyebab Bunuh Diri Pada Mahasiswa*”,| *SYARIAH: Jurnal Ilmu Hukum*.” Hal. 264

kita untuk melakukan tindakan yang tidak dibenarkan dalam ajaran agama maupun tindakan-tindakan yang merugikan diri sendiri dan orang lain, contohnya tindakan bunuh diri. menurut Hendropuspito ada beberapa fungsi religiusitas yakni berfungsi sebagai edukatif, sebagai penyelamat, sebagai pendamai, kontrol sosial dan transformatif.²³ Berikut beberapa penjelasan mengenai fungsi religiusitas menurut Hendropuspito:

- a. Berfungsi edukatif yang artinya ajaran-ajaran agama harus dipatuhi oleh penganutnya, membimbing seseorang untuk menjadi lebih baik dan terbiasa untuk melakukan hal-hal baik menurut ajaran agamanya masing-masing.
- b. Berfungsi sebagai penyelamat yang berarti penyelamat bagi penganutnya, dan keselamatan ini dapat dicapai melalui keimanan terhadap tuhan. Keselamatan inilah yang dapat mengurangi rasa cemas dan khawatir pada seseorang dalam menjalani hidup.
- c. Berfungsi sebagai pendamai, yang berarti melalui agama seseorang dapat memiliki kedamaian batin, sehingga seseorang akan merasa bersalah jika melakukan perbuatan dosa dan akan melakukan bertaubat agar hatinya merasa damai.
- d. Berfungsi sebagai kontrol sosial, maksudnya ialah ajaran agama yang dimiliki oleh seseorang dianggap sebagai norma sehingga ajaran agama berfungsi sebagai pengawas sosial baik individu maupun kelompok.

²³ Eklesia Hosana Randi Pratiwi, "Pandangan Masyarakat Terhadap Bunuh Diri Melalui Peran Agama Di Indonesia," *Jurnal Cakrawala* 9, no. 2 (2020): 2. Hal. 172

Sehingga ketika seseorang akan melakukan perbuatan salah atau perbuatan dosa agama akan menjadi rambu-rambu dalam diri seseorang tersebut.

- e. Berfungsi transformatif yang berarti ajaran agama mampu mengubah kehidupan seseorang atau kelompok menjadi kehidupan baru sesuai dengan agama yang dianutnya. Agama berperan penting dalam kehidupan seseorang, dengan seseorang patuh terhadap ajaran agama yang dianutnya maka dapat merubah kehidupan seseorang tersebut menjadi lebih baik.

5. Pandangan Islam tentang Kesehatan Mental

Islam memberikan perhatian besar terhadap keseimbangan antara aspek spritual, emosional, dan fisik manusia. Konsep kesehatan mental dalam islam sering dikaitkan dengan ketenangan hati, yang dapat dicapai dengan berdzikir dan beribadah, karena seperti yang dijelaskan oleh Q.S. Ar-Ra'd:28) yang artinya, “ orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram” . dapat disimpulkan bahwa melalui dzikir dan beribadah, seorang muslim dapat mencapai ketenangan hati dan pikiran.

Beberapa data yang peneliti lihat dari berita-berita yang beredar banyak mahasiswa di Yogyakarta melakukan tindakan bunuh diri tanpa sebab. Padahal islam melarang seseorang yang mengakhiri hidupnya dengan melakukan tindakan bunuh diri.

Dari ayat diatas menjelaskan bahwa tindakan bunuh diri jelas dilarang dalam islam bahkan dengan alasan apapun. Misalnya seseorang yang mengidappenyakit AIDS yang sudah tidak ada harapan untuk sembuh dan obatnya susah didapatkan, Allah tetap melarang seseorang tersebut melakukan tindakan bunuh diri. Karea dalam islam jika seseorang tersebut melakukan tindakan bunuh diri karena putus asa untuk kesembuhan penyakitnya maka orang terbut mendahului wewenang Allah SWT. Karena pada saat sakit hendaknya ia harus bersikap sabar dan tawakal dalam menghadapi penyakitnya, senantiasa berikhtiar agar penyakit yang diderita cepat diberikan kesembuhan oleh Allah SWT.

6. Teori Psikologi Agama

Psikologi Agama terdiri dari dua kata yakni psikologi dan agama. Psikologi merupakan sebuah ilmu pengetahuan yang mempelajari dinamika kejiwaan dan mental manusia yakni perilaku yang merupakan manifestasi dari kejiwaan, sedangkan agama merupakan kepercayaan seseorang kepada Tuhan Yang Maha Esa yang sesuai dengan agama yang dianutnya.²⁴

Dalam pembentukan kesehatan jiwa manusia agama memiliki peranan penting dalam kehidupan. Agama mampu membantu dalam mengembalikan gangguan kejiwaan seseorang, selanjutnya agama bersifat konstruktif.²⁵ Kesehatan jiwa atau kesehatan mental seseorang dapat

²⁴ Pebiyanti et al., “Peran Psikologi Agama Terhadap Kesehatan Mental Anak Remaja,” Hal. 847.

²⁵ *Ibid* 847

mengganggu aktifitas seseorang, terutama remaja. Pada saat masa remaja kondisi emosional dan karakter yang tidak tetap dan berubah-ubah.²⁶

Agama merupakan salah satu cara yang mampu membantu seseorang untuk mengendalikan dirinya dan membimbingnya dalam segala tindakan yang akan dilakukan. Agama dalam kehidupan seseorang dapat dijadikan benteng dalam kehidupan seseorang.

Dalam penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa psikologi agama ialah sebuah ilmu yang mendalami kejiwaan manusia melalui perilaku dengan cara pendekatan agama. Psikologi agama memiliki peranan penting dalam kehidupan seseorang, terutama remaja karena pertumbuhan remaja sangat cepat dan menimbulkan kecemasan. Peranan agama sangat penting dalam kehidupan remaja dalam pembentukan kesehatan jiwa agar terhindar dari gangguan kesehatan mental. Agama menjadi salah satu cara yang digunakan untuk mengendalikan diri dan membimbing dalam segala tindakan seseorang.

²⁶ *Ibid*, 848

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif. Dengan menggunakan penelitian kualitatif ini maka peneliti merupakan sebuah instrumen kunci dalam penelitian. Penelitian kualitatif adalah sebuah penelitian yang berdasarkan pada fenomena- fenomena yang ada atau berdasarakan gejala yang ada dilapangan.²⁷ Teknik penelitian ini dilakukan secara Tunggal, kemudian peneliti menganalisis data yang diperoleh dengan analisis data yang bersifat induktif kualitatif, penelitian ini dilakukan dengan secara cermat dan teliti yang mendalam agar menghasilkan data yang memiliki kredibilitas tinggi. Sehingga penelitian ini dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif-analitik untuk menggali dan menganalisis persepsi mahasiswa Pendidikan Agama Islam (PAI) Universitas Islam Indonesia (UII) angkatan 2021 mengenai kesehatan mental dan ajaran Islam terkait kasus bunuh diri mahasiswa di Yogyakarta. Pendekatan kualitatif dipilih karena memungkinkan peneliti untuk memahami secara mendalam makna, pengalaman, dan interpretasi subjektif mahasiswa terhadap fenomena yang kompleks dan sensitif ini.

²⁷ Dr.H. Zuchri Abdussamad, S.I.K Dr H. Zuchri Abdussamad M.Si S. I. K., *Metode Penelitian Kualitatif* (CV. Syakir Media Press, 2021). Hal. 30

B. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian yang akan digunakan oleh peneliti ialah di Fakultas Ilmu Agama Islam Program Studi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Indonesia yang bertempat di Jalan Kaliurang KM 14,5 Kecamatan Ngemplak, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

C. Sifat dan Pendekatan Penelitian

Sifat dan pendekatan pada penelitian ini subjektif yakni melalui empati serta keterlibatan peneliti untuk memahami sebuah subjek yang akan diteliti. Sifat subjektif merupakan sebuah sikap yang didasarkan pada sudut pandang atau perasaan pribadi seseorang mengenai suatu hal. Di penelitian ini menggunakan pendekatan yang bersifat normative dan historis.

D. Informan Penelitian

Informan penelitian merupakan subyek yang berkaitan dengan variable yang akan diteliti oleh penulis. Informan dalam penelitian ini ialah mahasiswa PAI FIAI UII Program Sarjana yang berjumlah 8 orang dengan menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria-kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti guna mencapai tujuan penelitian.

E. Teknik Penentuan Informan

Teknik penentuan informan pada penelitian ini adalah Purposive Sampling. Dalam hal ini peneliti mempertimbangkan informan mana yang akan ditentukan yang selaras dengan maksud serta tujuan dari penelitian. Pada penelitian ini, informan yang akan menjadi subyek penelitian ialah mahasiswa PAI FIAI UII Program Sarjana. Sehingga dalam hal ini informan-informan yang menjadi subyek ialah orang-orang pilihan yang diharapkan dapat memberikan informasi yang dibutuhkan peneliti.

Kriteria informan yang akan diteliti meliputi:

- a. Mahasiswa aktif angkatan 2021 prodi PAI
- b. Mempunyai pengetahuan atau opini mengenai isu kesehatan mental
- c. Memiliki pemahaman dasar mengenai ajaran islam, khususnya terkait dengan konsep hidup, ujian, dan kasus tentang bunuh diri.
- d. Bersedia memberikan informasi secara jujur.

Wawancara dilakukan secara tatap muka maupun daring melalui zoom meeting, tergantung pada kenyamanan informan. Peneliti menggunakan pedoman wawancara semi-terstruktur agar tetap fleksibel dalam menggali data yang relevan. Beberapa narasumber dipilih berdasarkan kriteria-kriteria tertentu bertujuan agar dapat memberikan informasi yang akurat agar sesuai dengan tujuan penelitian yang diinginkan oleh peneliti.

F. Metode Pengumpulan Data

1. Wawancara Mendalam

Proses wawancara ini dilakukan peneliti dengan cara bertatap muka dengan informan. Dalam penelitian ini peneliti melakukan wawancara dengan 8 informan mahasiswa PAI FIAI UII Program Sarjana angkatan 2021. Teknik wawancara digunakan oleh peneliti guna mendapatkan informasi lebih mendalam dari informan agar sesuai dengan tujuan penelitian yang akan dilakukan.

G. Teknik Keabsahan Data

1. Standar Kredibilitas

Standar kredibilitas ialah sebuah keterpercayaan, ketepatan atau keakuratan data yang diperoleh dalam penelitian. Ada beberapa cara yang dapat digunakan peneliti untuk memperoleh kredibilitas yang tinggi, salah satunya ialah dengan cara memperpanjang pengamatan. Dapat juga dengan triangulasi, triangulasi ialah mengulang atau klarifikasi informasi dengan aneka sumber.

2. Standar Transferabilitas

Transferabilitas ialah persoalan validitas eksternal dalam penelitian kualitatif. Sebuah penelitian yang mempunyai nilai transferabilitas tinggi akan banyak dicari orang untuk dijadikan rujukan. Oleh sebab itu peneliti perlu membuat hasil penelitiannya secara rinci dan sistematis agar pembaca nanti mendapatkan informasi yang valid.

3. Standar Depandabilitas

Depandabilitas ialah sebuah aspek yang penting dalam penelitian kualitatif. Depandabilitas dalam penelitian kualitatif mengacu pada keandalan atau kestabilan hasil penelitian dari waktu ke waktu serta konsistensi ketika dalam proses penelitian.

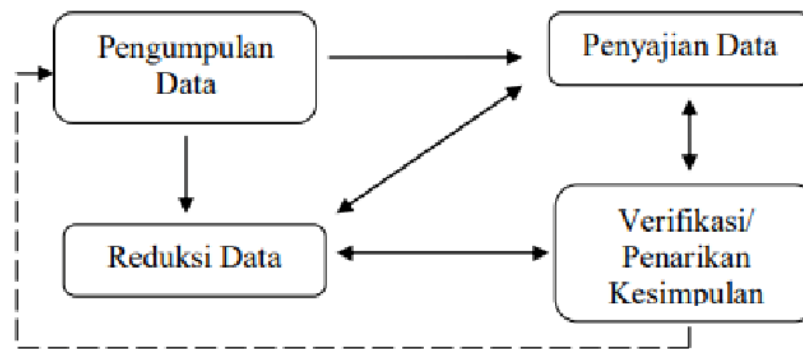
4. Standar Konfirmabilitas

Konfirmabilitas merupakan sebuah pengujian penelitian yang bertujuan untuk menguji apakah penelitian tersebut dapat dibuktikan kebenarannya. Uji standar konfirmabilitas prosesnya dapat dilakukan bersamaan dengan depandabilitas yaitu uji kestabilan hasil penelitian.

H. Teknik Analisis Data

Pada saat kegiatan pengumpulan data dengan proses mengolah data harus terkoneksi antara satu dengan yang lainnya tidak boleh terpisah. Miles dan Huberman memetakan proses analisa kualitatif dengan menggunakan tabel sebagai berikut:²⁸

²⁸ Qomarrudin, Halimah Sa'diyah, "*Kajian Teoritis tentang Analisis Data dalam Penelitian Kualitatif: Perspektif Spradley, Miles dan Huberman*", Hal. 83



Gambar 3.1
Proses Analisis Data Penelitian Kualitatif

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa sifat interaksi pada saat mengumpulkan data dan analisis data, bahwa dalam mengumpulkan data merupakan sebuah bagian yang terintegrasi dari proses analisis data. Berikut merupakan detail penjelasan mengenai pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan verifikasi data.

1. Pengumpulan Data

Pada saat sebelum terjun kelapangan untuk mencari informasi dari informan atau responden, peneliti mengumpulkan data-data dari penelitian terdahulu yang relevan dengan bahan penelitian.

2. Reduksi Data

Setelah proses pengumpulan data, langkah selanjutnya oleh peneliti ialah reduksi data. Reduksi data ialah proses pemilihan atau pemfokusan data penelitian. Reduksi data memfokuskan data kepada masalah yang diteliti, sehingga data yang diambil ialah data yang relevan dengan masalah yang akan diteliti.

3. Penyajian Data

Setelah tahap reduksi data, tahap berikutnya yang dilakukan oleh peneliti ialah penyajian data. Penyajian data ini dilakukan dalam bentuk yang singkat mengenai hubungan antar kategori ataupun sejenisnya. Data yang telah dikumpulkan nantinya disusun dalam bentuk narasi- narasi. Sehingga hasil informasinya sesuai dan fokus terhadap masalah yang diteliti.

4. Verifikasi Data

Setelah melakukan reduksi data, langkah selanjutnya ialah verifikasi data. Verifikasi data merupakan langkah terakhir dalam teknik analisis data dalam penelitian kualitatif. Ditahap ini peneliti menarik Kesimpulan dari data-data atau informasi yang telah didapatkan sehingga mendapatkan data yang sesuai dengan masalah diteliti.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian

1. Visi dan Misi PAI

a. Visi

Visi Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI) adalah menjadi inspirator dalam Pengembangan Pendidikan agama islam yang berdasarkan teori Pendidikan profetik-transformatif dan edupreneurship.

b. Misi

Misi Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI) Adalah mengembangkan ilmu pendidikan agama islam berbasis nilai profetik-transformatif dan edupreneurship melalui pengajaran yang terintegrasi dengan penelitian, pengabdian kepada Masyarakat, dan dakwah islamiah, ditunjang dengan tata Kelola dan atmosfir akademik yang kredibel, akuntabel, adaptif, dan humanis, serta kerjasama berskala nasional dan internasional.²⁹

2. Profil Lulusan Program Studi Pendidikan Agama Islam

²⁹ Visi Keilmuan Prodi PAI, di akses pada 5 November 2025, <https://fis.uui.ac.id/pai/visi-keilmuan-prodi-pai/>

Lulusan dari Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI) dirancang untuk mencerminkan kompetensi utama dan pendukung sesuai dengan visi keilmuan dan misi program studi. Profil ini menggambarkan kemampuan lulusan dalam mengintegrasikan ilmu Pendidikan, nilai-nilai islam, serta ketrampilan professional untuk berkontribusi secara aktif dalam dunia Pendidikan dan masyarakat.³⁰ Profil lulusan dari Program Studi Pendidikan Agama Islam di Fakultas Ilmu Agama Islam (FIAI) UII dapat diuraikan sebagai berikut:

- a. Pendidik Agama Islam yang kompeten pada lembaga pendidikan formal maupun non formal serta memiliki kompetensi profesional, pedagogik, kepribadian, dan sosial yang memadai.
 - b. Peneliti di bidang Pendidikan Agama Islam yang memiliki kemampuan kompeten dan inovatif. Mereka mampu menerapkan teori-teori sosial, keagamaan, dan pendidikan untuk melakukan kajian, analisis, evaluasi, dan kreasi dalam ranah Pendidikan Agama Islam.
 - c. *Entrepreneur* di bidang pendidikan yang produktif, inspiratif, dan kompetitif untuk menghasilkan dan mengembangkan karya di bidang Pendidikan
3. Kondisi Objektif Mahasiswa/i

Proses seleksi calon mahasiswa baru untuk program studi Pendidikan Agama Islam di Universitas Islam Indonesia melalui beberapa

³⁰ Profil Lulusan Prodi PAI, di akses pada 5 November 2025, <https://fis.uui.ac.id/pai/visi-keilmuan-prodi-pai/>

tahap penyaringan, sebagaimana yang umumnya dilakukan di perguruan tinggi negeri lainnya. Tujuannya adalah untuk memilih calon mahasiswa terbaik yang akan mengikuti program studi tersebut. Terdapat tiga jalur penerimaan yang berlaku, yaitu SIBER (Seleksi Berbasis Rapor), PSB (Pola Seleksi Beasiswa), dan CBT (Computer-Based Test). Namun, saat ini jalur CBT belum tersedia untuk penerimaan mahasiswa baru di program studi Pendidikan Agama Islam.³¹

Pada program studi Pendidikan Agama Islam angkatan 2021 Universitas Islam Indonesia memiliki jumlah mahasiswa/i aktif sebanyak 107 mahasiswa.³² Pada umumnya mahasiswa PAI dari angkatan 2021 lahir antara tahun 2001-2004, yang merupakan generasi Z. Generasi Z adalah kumpulan individu yang lahir antara tahun 1995 hingga 2009, yang mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan mereka

Kondisi objektif mahasiswa ini penting karena untuk mengetahui informan yang akan diteliti mampu memenuhi kriteria informan yang telah dibuat dan memenuhi tujuan penelitian.

Alasan pemilihan lokasi penelitian di Prodi Pendidikan Agama Islam (PAI UII) adalah sebagai berikut:

- a. Relevansi Akademik dan Keagamaan

³¹ *Buku Profil Program Studi Pendidikan Agama Islam*, diakses pada 21 Mei 2025, <https://islamic-education.uii.ac.id/wp-content/uploads/2020/10/Buku-Profil-Prodi-PAI.pdf>, h.7

³² Data Mahasiswa Aktif PAI angkatan 2021

Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI) Universitas Islam Indonesia memiliki latar belakang pendidikan agama islam yang kuat, sehingga dinilai mampu memberikan perspektif yang lebih dalam tentang bagaimana ajaran islam memandang isu kesehatan mental dan tindakan bunuh diri. Hal ini penting karena untuk menjawab tujuan penelitian tentang bagaimana integrasi pemahaman keislaman dan kesehatan mental dipersepsikan oleh mahasiswa, terutama mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Islam (PAI).

b. Konteks Sosial Kampus

Universitas Islam Indonesia (UII) pernah menjadi sorotan publik karena kasus mahasiswa bunuh diri yang terjadi di lingkungan kampus maupun di Yogyakarta secara umum. Fenomena ini memunculkan kebutuhan untuk menggali persepsi mahasiswa tentang penyebab, dampak, serta solusi keagamaan terhadap isu tersebut.

c. Ketersediaan Subjek Penelitian

Mahasiswa angkatan 2021 telah cukup lama menjalani proses pembelajaran, baik daring maupun luring, dan dinilai telah memiliki pengalaman sosial, akademik, dan keagamaan yang relevan untuk mengomentari persoalan masalah kesehatan mental. Mereka juga merupakan generasi yang mengalami masa transisi pasca pandemi COVID-19, yang turut mempengaruhi aspek psikologis mahasiswa.

d. Aksesibilitas dan kemudahan observasi

Peneliti merupakan mahasiswa aktif dilingkungan Prodi Pendidikan Agama Islam (PAI), sehingga memudahkan proses pengambilan data, observasi, dan wawancara. Selain itu, hal ini dapat meminimalkan bias responden karena adanya kenyamanan dalam interaksi antara peneliti dan partisipan.

B. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Analisis Persepsi Mahasiswa PAI Angkatan 2021 terhadap Kasus Bunuh Diri di Yogyakarta

Menurut Persepsi mahasiswa Pendidikan Agama Islam (PAI) angkatan 2021 terhadap kasus bunuh diri di kalangan mahasiswa di Yogyakarta mengungkap bahwa para mahasiswa menginterpretasikan fenomena bunuh diri melalui lensa multidimensional yang dipengaruhi oleh latar belakang pendidikan agama dan kesadaran kesehatan mental. Temuan ini penting untuk memahami sikap, keyakinan, dan respons mahasiswa terhadap isu bunuh diri, sekaligus mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi persepsi tersebut.

Secara umum, mayoritas mahasiswa PAI angkatan 2021 menunjukkan pemahaman yang cukup mendalam mengenai kasus bunuh diri sebagai masalah psikologis yang serius. Mereka mengenali bahwa tekanan akademik, masalah keluarga, konflik sosial, gangguan mental, serta jauh dari agama merupakan faktor utama yang dapat mendorong seseorang untuk melakukan bunuh diri. Salah satu informan mengatakan bahwa;

“Penyebab utamanya bisa jadi juga karena jauh dari agama, kemungkinan jauh dari agama karena ya itu tadi agama itu udah paket lengkap banget udah memberikan segala solusi di dalam Al-

Quran, agama Islam terus juga mungkin lingkungan juga, atau nggak dia merasa lonely gitu kayak nggak punya siapa-siapa gitu kan dan dia tuh bingung nggak punya tempat surat jadi tapi dia stres gitu dan mungkin dia belum bisa mengolah emosinya sendiri jadi dia mengambil tindakan yang memang apa ya berusaha ya udah-udahlah biar cepet”.³³

Seperti yang dikatakan oleh salah satu narasumber diatas bahwa penyebab utama seseorang mengalami gangguan mental ialah dikarenakan lemahnya iman dan kemampuan mengelola emosi yang dimilikinya. Pernyataan tersebut mengungkap bahwa pendekatan psikologis dan agama cukup efektif untuk mencegah seseorang depresi atau pun melakukan tindakan bunuh diri selaras dengan teori psikologi agama. Dimana psikologi agama menerangkan bahwa agama mampu menjadikan seseorang memiliki kendali terhadap segala tindakan yang akan dilakukan, namun jika lemahnya iman seseorang dapat menyebabkan seseorang rentan depresi.

Namun terdapat salah satu informan mengatakan bahwa seseorang depresi itu bukan karena tingkat religiusitas yang dimiliki seseorang namun disebabkan karena belum mampu untuk mengendalikan diri sendiri. Salah satu informan mengatakan;

“Segala sesuatu yang kita panjatkan dalam doa mungkin belum waktunya untuk dikabulkan, tapi ketika doa tersebut belum dikabulkan kita diajarkan untuk senantiasa bersabar dan terus berusaha, namun tidak semua orang bisa menerima segala sesuatu dengan cara bersabar dan ada kalanya seseorang tersebut lelah, jadi

³³ Hasil Wawancara Dengan DRN Selaku Mahasiswi PAI Angkatan 2021 Di Lobby FIAI Pada Rabu 12 Februari 2025.

intinya semua itu kembali kediri kita masing-masing untuk belajar menerima dan bersabar dengan masalah yang sedang dihadapi”.³⁴

Dari beberapa pernyataan informan diatas dapat disimpulkan bahwa seseorang yang mengalami depresi dan memiliki keinginan melakukan tindakan bunuh diri disebabkan karena banyak tekanan yang dimilikinya termasuk jauhnya diri dari agama. namun ketika seseorang memiliki tingkat religiuitas yang tinggi hendaknya memiliki kemampuan mengelola emosi dalam dirinya pula. Karena dengan seseorang memiliki religiusitas yang tinggi dan mampu mengendalikan dirinya, maka akan terhindar dari depresi dan tindakan-tindakan melukai dirinya sendiri ataupun melakukan tindakan bunuh diri.

Dari sisi religius, mahasiswa PAI sangat menekankan larangan bunuh diri dalam Islam sebagai landasan moral dan spiritual utama dalam membentuk sikap mereka. Pemahaman ini tidak hanya menjadi dasar penolakan terhadap tindakan bunuh diri, tetapi juga mendorong mereka untuk memberikan dukungan dan motivasi kepada teman-teman yang mengalami tekanan hidup. Terdapat mahasiswa yang menyatakan bahwa ajaran Islam mengajarkan kesabaran, tawakal, dan mencari pertolongan melalui cara-cara yang halal sebagai solusi menghadapi masalah, bukan dengan mengakhiri hidup secara prematur, seperti yang dikatakan oleh salah satu informan bahwasannya;

“Kita sudah tahu bahwa misalkan kita punya masalah Allah pasti ada solusinya karena Allah berfirman di dalam Al-Quran. Kalau

³⁴ Hasil Wawancara Dengan RW selaku mahasiswi PAI angkatan 2021 Di Zoom Meeting, Pada Minggu 16 Februari 2025

misalkan ada kesulitan, pasti ada kemudahan. Jadi kalau misalkan ada kayak permasalahan atau dan sebagainya insya Allah pasti ada solusinya gitu. Pasti ada solusinya. yang bisa kita lakukan adalah sabar dan terus beikhtiar aja”.³⁵

Dari pernyataan informan diatas dapat disimpulkan bahwa islam cukup memberikan kita solusi untuk masalah yang sedang kita alami, asalkan orang tersebut mau bersabar dan terus berusaha. Hal ini selaras dengan teori psikologi agama yang menjadikan agama dan tuhan sebagai solusi atas permasalahan yang dialami oleh seseorang.

Berdasarkan wawancara tersebut kesadaran religius ini menjadi faktor protektif yang kuat dalam persepsi mereka, sekaligus membentuk sikap empati dan solidaritas sosial di lingkungan kampus. Dengan kereligiuitasan yang dimiliki seseorang dan kemampuan mengelola emosi yang baik seseorang dapat menjalani hidupnya dengan tenang.

Data terbaru menunjukkan bahwa faktor psikologis seperti stres akademik, tekanan sosial, dan gangguan mental menjadi pemicu utama yang mempengaruhi niat bunuh diri di kalangan mahasiswa. Seperti yang dikatakan oleh salah satu informan;

“Penyebabnya karena beberapa faktor selain faktor internal dalam dirinya pasti ada faktor eksternal salah satu contohnya mungkin bisa karena stres karena kuliah bisa jadi ya karena kuliah karena tugas-tugas bisa jadi karena apa namanya pacar mungkin ya gitu ya pasangan gitu ya relationship gitu kan karena karena apa lagi ya karena mungkin banyak faktor sosial juga bisa jadi. Bisa jadi karena

³⁵ Hasil Wawancara Dengan ISN selaku mahasiswa PAI angkatan 2021 Di Lobby FIAI, Pada Rabu 12 Februari 2025

intervensi-intervensi orang gitu kan. Terkait dengan dirinya gitu. Terus karena lifestyle juga mungkin bisa jadi”.³⁶

Dari pernyataan informan diatas menegaskan bahwa salah satu faktor penyebab seseorang mengalami depresi adalah karena faktor akademik, relationship, dan faktor sosial seperti gaya hidup yang dimiliki. Hal ini selaras dengan ajaran islam yang senantiasa mengajarkan kita untuk selalu berusaha dan bersabar agar segala sesuatu yang kita hadapi tidak dianggap sebagai beban, namun sebagai salah satu ujian yang diberikan allah kepada kita. Karena salah satu penyebab depresi seperti yang dikatakan oleh salah satu informan diatas adalah tekanan akademik, apabila kita menganggap tekanan akademik sebagai sebagai ujian yang diberikan oleh allah dan menghadapinya dengan senantiasa bersabar dan berusaha maka tidak akan terjadinya depresi.

Dimensi religius juga memainkan peran penting dalam membentuk persepsi dan sikap mahasiswa terhadap tindakan bunuh diri. Oleh karena itu, analisis ini tidak hanya menyoroti aspek psikologis, tetapi juga menelaah bagaimana ajaran Islam mempengaruhi pandangan mahasiswa terhadap kasus bunuh diri.

2. Persepsi Psikologis Mahasiswa tentang Bunuh Diri

Dalam konteks mahasiswa, khususnya mahasiswa Pendidikan Agama Islam (PAI) angkatan 2021 di Yogyakarta, tekanan akademik, sosial, dan psikologis menjadi faktor penting yang mempengaruhi persepsi

³⁶ Hasil Wawancara Dengan ISNselaku mahasiswa PAI angkatan 2021 Di Lobby FIAI, Pada Rabu 12 Februari 2025

dan risiko bunuh diri. Oleh karena itu, pembahasan ini akan menguraikan tiga teori psikologis utama yang relevan dan banyak digunakan dalam penelitian bunuh diri modern, yaitu Teori Interpersonal (Interpersonal Theory of Suicide), Teori Keputusan (Hopelessness Theory), dan Model Stres-Diathesis (Stress-Diathesis Model).

Mahasiswa PAI, yang notabene memiliki latar pendidikan agama yang cukup, cenderung memiliki sumber daya spiritual yang dapat membantu mereka mengatasi tekanan psikologis. Namun, stigma terhadap masalah kesehatan mental dan kurangnya pemahaman tentang pencegahan bunuh diri masih menjadi tantangan utama yang perlu diatasi dalam lingkungan kampus. Seperti yang dikatakan oleh salah satu informan;

“Kalau untuk teman saya sendiri bisa dikatakan dijauhi jadi gak ada yang peduli, mungkin yang peduli beberapa orang gitu, menurut saya dengan adanya stigma negatif seperti itu ada pengaruhnya karena mungkin dari pandangan negatif seseorang ke dia itu bisa jadi motivasi dia untuk semakin maju untuk menemukan cara-cara yang dimana bisa mengatasi kesehatan mental dia begitu jadi dia termotivasi untuk bisa sembuh dari pandangan negatif orang-orang”.³⁷

Berdasarkan pemaparan informan di atas bahwa stigma seseorang terhadap orang yang mengalami masalah kesehatan mental masih ada, bahkan dengan adanya stigma atau pandangan negatif dari orang lain akan membuat orang yang mengalami gangguan kesehatan mental merasa lebih tertekan dan semakin sulit untuk menyembuhkan gangguan kesehatan mental yang sedang dialaminya. Hal ini menerangkan bahwa lingkungan

³⁷ Hasil Wawancara Dengan AWL selaku mahasiswi PAI angkatan 2021 Di Zoom Meeting, Pada Minggu 16 Februari 2025

pertemanan yang positif sangat diperlukan, terutama seseorang yang sedang mengalami gangguan kesehatan mental. Seseorang yang memiliki gangguan kesehatan mental memerlukan lingkungan pertemanan yang mendukungnya untuk sembuh.

Secara keseluruhan, teori-teori psikologis memberikan kerangka yang kuat untuk memahami bagaimana mahasiswa memproses pengalaman stres dan tekanan yang dapat berujung pada niat bunuh diri. Pemahaman mendalam terhadap mekanisme ini sangat penting untuk merancang intervensi yang efektif, baik dari sisi psikologis maupun sosial, guna mencegah terjadinya kasus bunuh diri di kalangan mahasiswa PAI dan komunitas kampus secara umum. Secara psikologis mahasiswa yang mengalami gangguan kesehatan mental memerlukan dukungan dari lingkungannya, baik dari teman maupun keluarganya. Berdasarkan wawancara dengan informan diatas dapat disimpulkan bahwa keadaan lingkungan yang mendukung merupakan salah satu cara agar gangguan kesehatan mental yang dialaminya cepat sembuh dan tidak berujung depresi.

3. Pandangan Ajaran Islam tentang Bunuh Diri

Dari sisi spiritual, bunuh diri dianggap sebagai pelanggaran terhadap hak Allah atas kehidupan manusia. Islam mengajarkan bahwa setiap musibah dan cobaan adalah bagian dari rencana Ilahi yang mengandung hikmah dan pelajaran. Oleh karena itu, umat Islam diajarkan untuk memperkuat keimanan dan ketakwaan sebagai benteng menghadapi

tekanan hidup, bukan dengan menyerah pada keputusan yang berujung pada bunuh diri. Salah satu informan mengatakan bahwa;

“Orang yang berpegangan pada agama ketika dia sedang merasa depresi, stres, itu selalu ada alasan untuk kembali, yaitu pada agama, yaitu kepada Tuhannya. Tapi ketika melihat orang yang sudah rajin beribadah tapi masih rentan depresi itu bisa jadi memang mungkin dari dirinya sendiri. Mungkin belum sempurna ibadahnya atau belum khusyuk. atau jika perlu ya dibarengi dengan konsultasi ke ahlinya dalam hal ini ahli psikologi berarti konsep-konsep ajaran Islam ini cukup menjadi solusi lah untuk mengatasi kesulitan emosional”.³⁸

Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa dari hasil analisis mahasiswa PAI angkatan 2021 dan kaitannya dengan ajaran agama Islam adalah ketika seseorang memiliki tingkat religiusitas tinggi maka ketika dia merasa depresi atau sedih akan kembali mengingat Allah, namun kembali lagi dengan kepribadian orang tersebut. Seperti yang dikatakan oleh salah satu informan perlu dibarengi dengan konsultasi dengan ahlinya yakni ahli psikologi, guna membantunya untuk mengatasi masalah yang sedang dialami.

Secara sosial, larangan bunuh diri dalam Islam juga berfungsi sebagai mekanisme perlindungan komunitas. Tindakan bunuh diri seringkali menimbulkan stigma dan kesedihan mendalam yang dapat memecahkan ikatan sosial dan menimbulkan trauma. Oleh karena itu, Islam mendorong umatnya untuk saling menjaga, memberikan dukungan, dan menguatkan satu sama lain dalam menghadapi masalah hidup. Pendidikan agama yang

³⁸ Hasil Wawancara Dengan RW selaku mahasiswi PAI angkatan 2021 Di Zoom Meeting, Pada Minggu 16 Februari 2025

kuat di kalangan mahasiswa PAI diharapkan dapat menjadi modal penting dalam membangun kesadaran kolektif untuk mencegah tindakan bunuh diri dan meningkatkan solidaritas sosial. Memberikan dukungan terhadap seseorang yang memiliki gangguan kesehatan mental dapat membantu penyembuhan seseorang tersebut. Seperti yang dikatakan oleh salah satu informan diatas bahwa sebenarnya seseorang yang memiliki tingkat religiusitas yang tinggi pasti akan kembali kepada Allah ketika sedang mengalami kesedihan atau masalah. Namun, semua itu harus didukung dengan bantuan dari para ahli termasuk psikolog. Bahkan salah satu informan pun mengatakan dukungan dari teman terdekat juga cukup membantu untuk menghibur seseorang yang sedang depresi.

“Saya mencoba untuk berempati pada seseorang yang sedang sedih ataupun mengalami depresi, karena saya tahu, orang yang sedang mengalami gangguan kesehatan mental perlu ditemani, jadi saya sebisa mungkin untuk menjadi tempat dia berbagi keluh kesahnya, karena dukungan atau sekedar menemainya dikala sedih saya rasa mampu untuk menyembuhkan kesedihannya”.³⁹

Demikian dapatlah ditarik kesimpulan bahwa tingkat pemahaman agama yang besar pada seseorang berpengaruh terhadap caranya dalam mengatasi masalah dalam hidupnya, namun juga harus didukung oleh lingkungan pertemanan yang baik pula. Karena walaupun seseorang tersebut memiliki tingkat religiusitas yang tinggi namun belum mampu untuk mengelola emosi ataupun rasa sedih yang dihadapi, maka seseorang tersebut dapat berpotensi mengalami depresi. Ditambah lagi dengan

³⁹ Hasil Wawancara Dengan AWL selaku mahasiswi PAI angkatan 2021 Di Zoom Meeting, Pada Minggu 16 Februari 2025

keadaan lingkungan pertemanan yang tidak mendukung yang dapat memperparah keadaan mental seseorang. Ketika seseorang mengalami depresi yang cukup parah bahkan mulai putus asa dengan hidup yang dialaminya, maka seseorang tersebut cenderung akan melukai dirinya sendiri ataupun bahkan melakukan tindakan bunuh diri. Seseorang melakukan tindakan bunuh diri karena menganggap masalah yang sedang dialaminya akan cepat selesai. Padahal dalam agama islam sangat amat melarang tindakan bunuh diri. Agama islam sendiri menganjurkan umatnya ketika sedang mengalami masalah untuk senantiasa bersabar dan berikhtiar.

Dalam praktik keagamaan, meskipun bunuh diri adalah dosa besar, jenazah orang yang meninggal karena bunuh diri tetap dimandikan, dikafani, dan dishalatkan, menunjukkan bahwa pelaku bunuh diri tidak otomatis keluar dari Islam. Namun, nasib akhir mereka di akhirat diserahkan kepada kehendak Allah SWT, yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang. Hal ini menunjukkan keseimbangan antara keadilan dan rahmat dalam ajaran Islam, sekaligus menegaskan pentingnya pencegahan dan dukungan agar umat tidak sampai melakukan tindakan tersebut (Mahad UIN Suska, 2023).

Secara keseluruhan, perspektif Islam tentang bunuh diri menekankan bahwa kehidupan adalah amanah suci yang harus dijaga dengan penuh tanggung jawab. Larangan bunuh diri bukan hanya soal hukum agama, tetapi juga soal menjaga kehormatan manusia sebagai makhluk ciptaan Allah yang mulia. Dalam konteks mahasiswa PAI

angkatan 2021, pemahaman ini menjadi landasan moral dan spiritual yang kuat dalam membentuk persepsi mereka terhadap kasus bunuh diri di Yogyakarta. Kesadaran akan larangan agama ini diharapkan dapat menjadi faktor protektif yang mengurangi risiko bunuh diri dan mendorong sikap saling mendukung di lingkungan kampus.

Dengan demikian, integrasi ajaran Islam yang tegas melarang bunuh diri dengan pemahaman psikologis menjadi fondasi penting dalam membangun persepsi mahasiswa yang sehat dan konstruktif terhadap isu bunuh diri.

4. Cara Pencegahan Bunuh Diri Menurut Mahasiswa PAI Angkatan 2021

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa, mahasiswa PAI sudah cukup mengerti mengenai gangguan kesehatan mental dan penyebabnya.

a. Pendekatan Spiritual

Beberapa mahasiswa menyarankan agar para tokoh agama untuk lebih memperhatikan lagi mengenai kesehatan mental seseorang, kemudian untuk mahasiswa, kampus juga berperan penting dalam menjaga kesehatan mental. Seperti yang dikatakan oleh salah satu informan bahwa;

“Untuk lebih memperhatikan kesehatan mental seseorang agar tidak terjadi tindakan bunuh diri, sebaiknya para tokoh agama membuat pengajian-pengajian atau kumpulan yang membahas tentang kesehatan mental, agar anak muda termasuk mahasiswa

tidak mudah putus asa dalam hidupnya, ataupun sampai melakukan tindakan-tindakan bunuh diri”.⁴⁰

Berdasarkan pernyataan salah satu informan diatas menegaskan bahwa peran tokoh agama cukup penting untuk mendukung kesehatan mental seseorang, termasuk anak muda. Agama memiliki peran penting guna mencegah gangguan kesehatan mental seseorang, bahkan seseorang yang merasa putus asa dengan hidupnya, agar tidak melakukan tindakan-tindakan yang dapat merugikan diri sendiri dan orang lain. Diperkuat dengan pendapat informan lain yang mengatakan bahwa;

“Sering-sering untuk membahas tentang pentingnya kesehatan mental di forum-forum kajiannya, agar para jamaah yang mengikutinya juga lebih memperhatikan kesehatan mental yang dimilikinya terutama anak muda, terlebih seorang mahasiswa”.

Dari beberapa pernyataan informan menerangkan betapa pentingnya peran tokoh agama untuk mendukung kesehatan mental seseorang. Apabila para tokoh agama ini cukup memperhatikan kesehatan mental jamaahnya dan melarang jamaahnya untuk tidak melakukan tindakan-tindakan yang dilarang dalam agama ketika sedang dalam banyak masalah, maka seseorang akan berfikir bahwa dirinya masih berharga, dan memilih untuk bersabar dan berusaha serta kembali kepada Allah.

⁴⁰ Hasil Wawancara Dengan DAV selaku mahasiswi PAI angkatan 2021 Di Kost Afifatul, Pada Minggu 10 Februari 2025

b. Penguatan Layanan Konseling dan Pendidikan Kesehatan Mental di Kampus

Peran kampus juga tak kalah penting dalam mendukung kesehatan mental mahasiswanya. Mahasiswa cenderung lebih memiliki tingkat depresi yang tinggi dibandingkan dengan siswa. Beban akademik yang dimiliki mahasiswa dan faktor lainnya dapat memicu tingginya angka depresi pada mahasiswa terutama mahasiswa yang merantau jauh dari orang tua. Disini kampus memiliki peran yang cukup penting untuk mencegah mahasiswanya depresi atau bahkan melakukan tindakan bunuh diri. Seperti yang dikatakan oleh satu informan bahwa;

“Kampus lebih sering lagi mengadakan seminar, edukasi, atau penguatan serta support yang dapat mendukung kesehatan mental mahasiswanya, disaat kampus lebih memperhatikan kesehatan mental mahasiswanya insyaallah akan berkurang mahasiswa yang depresi atau bahkan sampai melakukan tindakan bunuh diri”.⁴¹

Berdasarkan pemaparan informan diatas dapat disimpulkan bahwa kampus memiliki peran penting guna mendukung kesehatan mental mahasiswanya. Dengan lebih sering mengadakan seminar-seminar yang membahas tentang kesehatan mental.

Kampus biasanya sudah memiliki layanan-layanan konseling untuk mahasiswanya terutama Universitas Islam Indonesia (UII). Universitas Islam Indonesia (UII) menurut pemaparan dari informan telah menyediakan layanan-layanan konseling untuk mahasiswanya.

⁴¹ Hasil Wawancara Dengan AM selaku mahasiswi PAI angkatan 2021 Di Kost Afifatul, Pada Minggu 10 Februari 2025

Kembali lagi kemahasiswa tersebut ingin menggunakan layanan tersebut atau tidak.

“Sebenarnya dari kampus sendiri sudah menyediakan layanan-layanan konseling, terutama di prodi PAI para dosennya menurut saya cukup memperhatikan para mahasiswanya, tapi kembali lagi dengan mahasiswa tersebut mau cerita tentang masalah yang sedang dialaminya, karena biasanya seseorang itu malu mau bercerita tentang masalahnya”.⁴²

Dari pemaparan informan tersebut menyatakan bahwa, kampus sudah menyediakan layanan konseling guna mendukung kesehatan mental mahasiswanya, namun kembali lagi terhadap mahasiswanya bersedia menggunakan layanan tersebut atau tidak.

c. Penguatan Jejaring Sosial

Berdasarkan pemaparan informan stigma negatif terhadap seseorang yang memiliki gangguan kesehatan mental masih ada, stigma negatif tersebut dapat menyebabkan seseorang yang memiliki gangguan kesehatan mental merasa terabaikan, karena tidak mendapat dukungan atau perhatian dari lingkungan sekitar. Menurut beberapa informan, menciptakan lingkungan yang mendukung mereka yang memiliki gangguan kesehatan mental mampu menyembuhkannya dari penyakit yang sedang dialaminya.⁴³ Menciptakan lingkungan dan pertemanan yang saling mendukung juga mampu mencegah seseorang yang

⁴² Hasil Wawancara Dengan AM selaku mahasiswi PAI angkatan 2021 Di Kost Afifatul, Pada Minggu 10 Februari 2025

⁴³ Hasil Wawancara Dengan AWL selaku mahasiswi PAI angkatan 2021 Di Zoom Meeting, Pada Minggu 16 Februari 2025

memiliki gangguan kesehatan mental mencegah tindakan-tindakan *self harm* bahkan tindakan bunuh diri.

Dapat disimpulkan bahwa untuk mencegah kasus tindakan bunuh diri menurut mahasiswa PAI angkatan 2021 adalah dari pendekatan spiritualitas, penguatan layanan konseling dan pendidikan kesehatan mental, serta penguatan jejaring sosial. Beberapa mahasiswa menyatakan bahwa tekanan akademik dapat mempengaruhi kesehatan mental mahasiswanya, faktor kedua yang dipaparkan oleh mahasiswa yang menyebabkan seseorang mengalami gangguan kesehatan mental adalah karena jauhnya seseorang dari agamanya, serta lingkungan yang kurang mendukung dapat menyebabkan seseorang mengalami gangguan kesehatan mental. Dapat disimpulkan bahwa cara mencegah cara depresi pada mahasiswa yang dapat menyebabkan tindakan bunuh diri adalah dari pendekatan spiritualitas, penguatan layanan konseling dan pendidikan kesehatan mental, serta penguatan jejaring sosial.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai persepsi mahasiswa PAI UII angkatan 2021 terhadap kasus bunuh diri mahasiswa di Jogja, dapat disimpulkan bahwa:

1. Faktor psikologis seperti tekanan akademik, stres berkepanjangan, dan depresi menjadi penyebab utama yang diidentifikasi oleh mahasiswa sebagai pemicu keinginan bunuh diri di kalangan mahasiswa.
2. Dari perspektif ajaran Islam, mahasiswa PAI memaparkan bahwa bunuh diri ialah tindakan yang dilarang keras karena bertentangan dengan konsep kehidupan dan larangan Allah SWT.
3. Mahasiswa PAI memandang bahwa pendekatan pencegahan hendaknya bersifat holistik, dengan menggabungkan aspek psikologis dan spiritual melalui layanan konseling terpadu dan pendampingan keagamaan.
4. Stigma orang sekitar terhadap masalah kesehatan mental masih menjadi tantangan utama dalam upaya pencegahan bunuh diri di lingkungan kampus.
5. Nilai-nilai Islam seperti sabar, tawakal, dan husnudzon dapat menjadi benteng spiritual bagi mahasiswa dalam menghadapi tekanan hidup.

Berdasarkan hasil wawancara dengan mahasiswa PAI UII angkatan 2021, berikut rekomendasi cara pencegahan bunuh diri di kalangan mahasiswa:

1. Penguatan Layanan Konseling:
 - a. Meningkatkan kualitas dan kuantitas layanan konseling di kampus
 - b. Menyediakan konselor yang mendalami aspek psikologis dan keagamaan
2. Pendidikan Kesehatan Mental:
 - a. Mengadakan workshop reguler tentang manajemen stres dan kesehatan mental
 - b. Mengintegrasikan materi kesehatan mental dalam kurikulum
 - c. Kampanye penghilangan stigma terhadap masalah psikologis
3. Pendekatan Spiritual:
 - a. Membentuk kelompok pengajian dan diskusi keagamaan sebagai support system
 - b. Mengoptimalkan peran dosen pembimbing akademik sebagai mentor spiritual
 - c. Mengadakan program pendampingan oleh mahasiswa senior
4. Penguatan Jejaring Sosial:
 - a. Membangun sistem pertemanan yang saling mendukung
 - b. Meningkatkan komunikasi antara mahasiswa, dosen, dan orang tua
 - c. Membuat platform online untuk berbagi pengalaman dan solusi

B. Saran Penelitian Lanjutan

Untuk pengembangan penelitian selanjutnya, dapat dilakukan beberapa hal berikut:

1. Studi komparatif antara mahasiswa dari berbagai program studi untuk melihat perbedaan persepsi.
2. Penelitian longitudinal untuk melihat efektivitas program pencegahan bunuh diri berbasis kampus.
3. Eksplorasi lebih dalam tentang integrasi pendekatan psikologis dan spiritual dalam konseling.
4. Studi tentang peran media sosial dalam pencegahan maupun pemicu masalah kesehatan mental.
5. Penelitian tentang model pendampingan keagamaan yang efektif untuk mahasiswa yang mengalami depresi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adab, Dr Atih Rahayuningsih, S. Kp , M. Kep , Ns Sp Kep J. Prof Achir Yani S. Hamid, M. N. , D. N. Sc Prof Dr Budi Anna Keliat, S. Kp , M. App Sc Prof Dr dr R. Irawati Ismail, Sp K. J. (K) , M. Epid Agus Sri Banowo, S. Kp , M. P. H, Penerbit. Bunuh Diri pada Kelompok Usia Remaja : *Suatu Tinjauan*. Penerbit Adab, n.d.
- akhmad, nur. “Peran Keluarga Dalam Kasus Bunuh Diri Anak dan Remaja.” *Journal, Humanitas*, June 3, 2011. <https://eprints.uad.ac.id/90/>.
- “Analisis Kesehatan Mental Mahasiswa Perguruan Tinggi X Pada Awal Terjangkitnya Covid-19 Di Indonesia | Jurnal Citizenship Virtues.” Accessed December 15, 2024. <https://jurnal.stkipkusumanegara.ac.id/index.php/citizenshipvirtues/article/view/962>.
- Danendra, Farhan Aditya, and Augustin Mustika Chairil. “Persepsi Remaja Terhadap Upaya Bunuh Diri Dalam Film ‘Kembang Api.’” *Filosofi : Publikasi Ilmu Komunikasi, Desain, Seni Budaya* 1, no. 4 (2024): 229–42. <https://doi.org/10.62383/filosofi.v1i4.404>.
- Dr.PH, I. Ketut Swarjana, S. K. M. , M. P. H. Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi Covid-19, Akses Layanan Kesehatan - *Lengkap dengan Konsep Teori, Cara Mengukur Variabel, dan Contoh Kuesioner LR*. Penerbit Andi, 2022.
- “Faktor Penyebab Bunuh Diri pada Mahasiswa | Syariah : Jurnal Ilmu Hukum.” Accessed December 15, 2024. <https://jurnalistiqomah.org/index.php/syariah/article/view/585>.
- Madani, Ainun, Irma Prasetyowati, and Citra Anggun Kinanthi. “ Hubungan Karakteristik Mahasiswa dengan Kesehatan Mental Mahasiswa Selama Kuliah Online.” *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat* 18, no. 2 (2022): 2. <https://doi.org/10.19184/ikesma.v18i1.25679>.
- M.Si, Dr H. Zuchri Abdussamad, S. I. K. *Metode Penelitian Kualitatif*. CV. Syakir Media Press, 2021.
- Mukadar, Amir, Khairul Bahrin, and Hesti Setiorini. “Persepsi Pengurus Badan Kemakmuran Masjid (BKM) Terhadap Bank Syariah Di Kecamatan Ratu Samban Kota Bengkulu.” *EKOMBIS REVIEW: Jurnal Ilmiah Ekonomi Dan Bisnis* 9, no. 2 (2021): 2. <https://doi.org/10.37676/ekombis.v9i2.1337>.

- Muslim, Mysha Alesha, Nisa Auliya Rahmawati, and Zahara Mu'tasimah Billah. "Faktor Penyebab Bunuh Diri pada Mahasiswa." *Syariah : Jurnal Ilmu Hukum* 1, no. 2 (2024): 2. Nisa, Ananda Hulwatun, Hidayatul Hasna, and Linda Yarni. "Persepsi." *Koloni* 2, no. 4 (December 28, 2023): 213–26. <https://doi.org/10.31004/koloni.v2i4.568>.
- Nisa, Ananda Hulwatun, Hidayatul Hasna, and Linda Yarni. "Persepsi." *KOLONI* 2, no. 4 (December 28, 2023): 213–26. <https://doi.org/10.31004/koloni.v2i4.568>.
- Nugroho, Adara Bintang, Hanafiah Beno Al Asri, and Ardhia Ajeng Pramesti. "Survei Kesadaran Mental Mahasiswa UPN Veteran Yogyakarta di Era Digital dan Covid-19." *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 10, no. 1 (2022): 1. <https://doi.org/10.14710/jkm.v10i1.31611>.
- Nurhaeni, Ani, Dewi Erna Marisa, and Thia Oktiany. "Peningkatan Pengetahuan Tentang Kesehatan Mental Pada Remaja." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan (JIRAH)* 1, no. 1 (2022): 1. <https://doi.org/10.38165/jirah.v1i1.287>.
- Pebiyanti, Risa, Rida Gandasari, and Sheila Hariry. "Peran Psikologi Agama Terhadap Kesehatan Mental Anak Remaja." *Jurnal Psikososial Dan Pendidikan* 1, no. 2 (2025): 846–54.
- "Pola Asuh Orang Tua Dan Kesehatan Mental Remaja | Jurnal Kampus STIKes YPIB Majalengka." Accessed November 4, 2025. <https://journal.univypib.ac.id/index.php/jksym/article/view/20>.
- Pratiwi, Eklesia Hosana Randi. "Pandangan Masyarakat Terhadap Bunuh Diri Melalui Peran Agama Di Indonesia." *Jurnal Cakrawala* 9, no. 2 (2020): 2.
- Qomarrudin, Halimah Sa'diyah, "Kajian Teoritis tentang Analisis Data dalam Penelitian Kualitatif: Perspektif Spradley, Miles dan Huberman.
- Safarudin, Rizal, Zulfamanna Zulfamanna, Martin Kustati, and Nana Sepriyanti. "Penelitian Kualitatif." *Innovative: Journal Of Social Science Research* 3, no. 2 (June 9, 2023): 9680–94.
- Sigit, Hermawan. "Pengaruh Nilai Intrinsik, Parental Influence, Dan Persepsi Mahasiswa Dengan Pendekatan Teori Karier Anne Roe Terhadap Pemilihan Karir Sebagai Akuntan Publik Bagi Mahasiswa Akuntansi Universitas Airlangga Surabaya." Other. Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, January 6, 2021. <http://eprints.umsida.ac.id/8152/>.
- Tentang Program Studi PAI*, diakses pada 21 Mei 2025, <https://islamic-education.uii.ac.id/tentang-kami/sejarah/>

- “View of Meningkatkan Kepedulian Terhadap Gangguan Kesehatan Mental pada Remaja.” Accessed December 15, 2024. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/view/5642/4065>.
- “View of Pentingnya Peran Pola Asuh Orang Tua Untuk Membentuk Karakter Anak Usia Dini.” Accessed November 5, 2025. <https://obsesi.or.id/index.php/obsesi/article/view/2968/pdf>.
- Wakarmamu, Thobby. *Metode Penelitian Kualitatif*. Eureka Media Aksara, 2022. <https://repository.penerbiteureka.com/publications/408805/>.
- Yasipin, Yasipin, Silvia Ayu Rianti, and Nurman Hidayat. “Peran Agama Dalam Membentuk Kesehatan Mental Remaja.” *MANTHIQ: Jurnal Filsafat Agama Dan Pemikiran Islam* 7, no. 2 (May 15, 2023): 72–77. <https://doi.org/10.29300/mtq.v7i2.5026>.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1

Instrumen Penelitian

No	Pertanyaan Penelitian	Variabel	Sub Variabel	Metode Pengumpulan Data	Item (Pertanyaan)
1.	Bagaimana pandangan umum mahasiswa PAI FIAI UII tentang kesehatan mental	Pandangan Mahasiswa tentang kesehatan mental	Definisi , dan pemahaman,	Observasi, Wawancara dan Dokumentasi	1. Sebagai seorang mahasiswa bagaimana definisi kesehatan mental menurut anda ? 2. Apakah menurut anda mahasiswa di Yogyakarta ini memahami dan memperhatikan kesehatan mental mereka ? 3. Apakah menurut anda, mahasiswa PAI UII cukup terbuka membicarakan masalah kesehatan mental dikalangan teman-temannya? Mengapa demikian?

2.	Pengalaman pribadi mahasiswa tentang kesehatan mental	Hal-hal yang mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa selama kuliah	Pengalaman mahasiswa dan hal yang mempengaruhi kesehatan mental mahasiswa	Observasi, Wawancara dan Dokumentasi	1. Apakah anda pernah merasakan atau melihat teman yang mengalami Kesehatan mental? Bagaimana anda melihat dampaknya terhadap kehidupan mereka? 2. Apa yang menurut anda paling menantang atau berat bagi mahasiswa dalam menjaga kesehatan mental mereka selama kuliah?
3.	Apakah ada stigma atau pandangan negative terhadap mahasiswa yang mengakui memiliki masalah kesehatan mental?	Pandangan tentang stigma kesehatan mental	Stigma oleh lingkungan sekitar dan pengaruhnya	Wawancara Observasi, dan Dokumentasi	1. Menurut anda, apakah ada stigma atau pandangan negative terhadap mahasiswa yang mengakui memiliki masalah kesehatan mental? Jika ada, seperti apa stigma tersebut? 2. Apakah anda merasa bahwa

					stigma tersebut mempengaruhi cara mahasiswa menangani masalah Kesehatan mental mereka?
4.	Bagaimana menurut pandangan mahasiswa mengenai hubungan antara ajaran islam dan kesehatan mental?	Pandangan mahasiswa mengenai hubungan kesehatan mental dan ajaran islam	Ajaran islam dan Kesehatan mental	Wawancara, Observasi, dan Dokumentasi	1. Sebagai seorang mahasiswa bagaimana pandangan anda mengenai hubungan antara ajaran islam dan Kesehatan mental? Apakah anda merasa bahwa islam mengajarkan cara-cara untuk menjaga Kesehatan mental? 2. Dalam pengalaman anda sebagai mahasiswa, apakah ajaran islam (seperti doa, dzikir, shalat, atau konsep sabar) membantu mahasiswa mengatasi stres atau masalah emosional yang mereka alami? Bisa dijelaskan?

					3. Apakah anda merasa bahwa aspek-aspek ajaran islam bisa menjadi Solusi bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan emosional atau mental?
5.	Bagaimana pandangan mahasiswa PAI FIAI UII tentang kasus bunuh diri di kalangan mahasiswa di Yogyakarta?	Pendapat tentang kasus bunuh diri di kalangan mahasiswa	Kasus bunuh diri di kalangan mahasiswa dan penyebabnya	Wawancara, observasi, dan dokumentasi	1. Apa pendapat anda tentang fenomena bunuh diri yang melibatkan mahasiswa di Yogyakarta? Apa yang menurut anda bisa menjadi penyebab utama terjadinya hal tersebut? 2. Apakah menurut anda mahasiswa yang mengalami depresi atau stress lebih rentan terhadap pikiran bunuh diri? Mengapa? 3. Dalam pandangan anda sebagai mahasiswa, bagaimana cara ajaran islam disampaikan oleh tokoh agama agar bisa memberikan

					panduan untuk mencegah atau mengatasi rasa perasaan putus asa yang dapat berujung pada tindakan bunuh diri.
6.	Bagaimana peran kampus dalam mendukung Kesehatan mental mahasiswa?	Pendapat mahasiswa tentang peran kampus terhadap Kesehatan mental mahasiswa	Peran kampus dalam mendukung Kesehatan mental mahasiswa dan penyediaan layanan konseling untuk mahasiswa yang membutuhkan	Wawancara, observasi, wawancara	1. Apa yang sudah dilakukan oleh kampus dalam mendukung kesehatan mental mahasiswanya? 2. apa yang perlu diperbaiki atau ditingkatkan oleh kampus UII untuk lebih memperhatikan Kesehatan mental mahasiswa 3. apa pendapat anda tentang pentingnya menyediakan layanan konseling atau psikologis dikampus untuk mahasiswa yang membutuhkan? 4. sebagai mahasiswa, menurut

					anda apakah ada cara untuk mengintegrasikan ajaran Islam dalam program-program kampus yang dapat membantu mengurangi masalah kesehatan mental di kalangan mahasiswa?
--	--	--	--	--	---

Lampiran 2

Hasil Wawancara

Wawancara 1

Hari/tgl : Senin, 10 Februari 2025

Jam : 14.04 WIB

Tempat : Kost Afifatul

Narasumber : DAV

Status : Mahasiswi

1. Sebagai seorang mahasiswa bagaimana definisi kesehatan mental menurut anda?

Menurut saya, kesehatan dikatakan mentalnya itu terkena gitu Mentalnya nggak sehat.

2. Darimana anda memperoleh pengetahuan tentang kesehatan mental?

Banyak sih mbak, kayak dari temen gitu juga pernah Terus kayak mungkin dari sosial media juga sering kan ya kayak reels video-video itu kayak gitu

3. Apakah menurut anda mahasiswa di yogyakarta ini memahami dan memperhatikan kesehatan mental mereka?

seharusnya sudah ya, karena kan boleh sedikit saya boleh-boleh kan ada beberapa yang Mbak palsu siang kemarin-kemarin itu Marah tentang bunuh diri yang mbak di Jogja Nah itu seharusnya Memang mahasiswa juga, gak hanya mahasiswa ya mbak Tapi ini kita fokus ke mahasiswa Mahasiswa juga harus

memperhatikan Mentalnya masing-masing agar tidak terjadi Hal-hal seperti itu lagi.

4. Apakah anda pernah merasakan atau melihat teman yang mengalami kesehatan mental? Dan bagaimana sikap anda terhadap orang tersebut?

Pernah mbak Ada temen yang kayak gitu enggak pernah ada Oh ya terus sikat bagaimana kalau untuk kesehatan mental mungkin enggak sampai yang kebunuh diri yang bakter kan kesehatan mental beberapa itu dinasehatin sih

5. Apa yang menurut anda paling menantang atau berat bagi mahasiswa dalam menjaga kesehatan mental mereka selama kuliah?

paling menantang bagi mahasiswa itu dalam menjaga kesehatan mentalnya terutama masuk akhir nih misal stress mau skripsian stress karena ekonomi keluarga masih kuliah merasa membebankan keluarga yang di rumah karena misalnya kayak kuliah kan bayar terus gitu bagaimana pertanyaan ini hal yang paling menantang hal yang paling menantang itu ini ya yang bikin stress yang bikin stress mungkin kalau kayak gitu bisa dari diri kita sendiri gak sih? Over thinking gitu .

6. Apakah ada stigma atau pandangan negatif terhadap mahasiswa yang punya kesehatan mental? Apakah stigma tersebut mempengaruhi cara mahasiswa menangani masalah kesehatan mental mereka?

Iya, seharusnya karena kan udah dipandang negatif jadi mau gak mau kita harusnya berubah gitu.

7. Bagaimana pandangan anda sebagai seorang mahasiswa mengenai hubungan antara ajaran Islam dan kesehatan mental? Apakah anda

merasa bahwa islam mengajarkan cara-cara untuk menjaga kesehatan mental?

Menurut pandangan aku sangat maksudnya sangat-sangat berhubungan sangat berhubungan dan saya sangat merasakan bahwa islam sangat mengajarkan cara-cara untuk menjaga kesehatan mental. Karena ketika sedih atau sedang ada masalah allah mengajarkan untuk kita mengingatnya.

- 8. Sebagai seorang mahasiswa bagaimana pandangan anda mengenai ajaran Islam seperti (doa zikir sholat atau konsep sabar) membantu mahasiswa mengatasi stres atau masalah emosional yang mereka hadapi?**

Menurut saya iya, apalagi kalau umat muslim yang baik itu pastinya kalau dengan kita dengan cara kita sholat itu kita akan tenang jadi aspek-aspek ajaran Islam seperti doa zikir tadi dapat menjadi solusi yang baik dalam mengatasi stress.

- 9. Apakah anda merasa bahwa aspek-aspek ajaran islam bisa menjadi solusi bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan emosional atau mental?**

Iya saya merasakan bahwa ajaran-ajaran islam cukup menjadi solusi untuk kita terutama mahasiswa yang mengalami kesulitan emosional atau mental.

- 10. Apa pendapat anda tentang fenomena bunuh diri yang melibatkan mahasiswa di Yogyakarta? Apa yang menurut anda menjadi penyebab utama terjadinya hal tersebut?**

Saya sangat menyayangkan akan kejadian tersebut terutama dikalangan mahasiswa. kalau penyebabnya mungkin ya itu dari pertemanan bisa kayak pernah denger sih kalau lingkungan, intinya lingkungan kayak gitu dan sebenarnya dari diri sendiri yang Mbak harusnya kan gak secepat itu untuk memutuskan sesuatu hal gitu.

11. Apakah menurut anda mahasiswa yang mengalami depresi atau stress lebih rentan terhadap pikiran bunuh diri? Mengapa?

kalau memungkinkan tindakan bunuh diri ya memungkinkan aja karena terkadang orang yang mengalami depresi berat terkadang berfikir untuk mengakhiri hidupnya agar masalah yang dialaminya selesai.

12. Dalam pandangan anda sebagai mahasiswa, bagaimana cara agar ajaran Islam disampaikan oleh tokoh agama agar memberikan panduan untuk mencegah atau mengatasi rasa perasaan putus asa yang dapat berujung pada tindakan bunuh diri?

Mungkin kayak ini ya mbak Membuat pengajian-pengajian Atau Kumpulan-kumpulan Dengan anak-anak muda Yang membahas tentang kesehatan mental itu sendiri Agar tidak putus asa

13. Apa yang sudah dilakukan oleh kampus dalam mendukung kesehatan mental mahasiswanya terutama UII?

ada ya di UII itu untuk mahasiswa-mahasiswa yang ibaratnya pengen curhat karena ada sesuatu hal itu tadi karena mentalnya mungkin ya mbak itu ada

layanan tersendiri untuk counseling gitu ya untuk kampus dan sebenarnya dari pengalaman saya melihat di eh apa prodi prodi PAI lah ya terutama itu banyak dosen yang mau mendengarkan curhatan mahasiswa Oh kenapa kenapa harus memutuskan hal seperti itu kalau masih ada yang mendengarkan ada yang memberi nasihat itu sebab teruskan, sebenarnya gini ya Mbak sebenarnya kalau dari kampus sudah menyediakan seling seperti itu ya sebenarnya itu dari mahasiswa apa dari diri mahasiswanya sendiri Simba yang perlu ibaratnya dipertanyakan Kenapa melakukan seperti itu padahal dari lingkungan kampus aja udah menyediakan konseling tersebut mungkin ada faktor-faktor yang dia enggak mau cerita ya Iya mungkin malu karena malu juga.

14. Apa pendapat anda tentang pentingnya menyediakan layanan konseling atau psikologis dikampus untuk mahasiswa yang membutuhkan?

penting sekali pentingnya kenapa pentingnya karena ia namanya mahasiswa enggak hanya mahasiswa ya siswa aja ada konselingnya gitu ya Mbak ada masalah-masalah apalagi mahasiswa ibaratnya udah gede gitu kan mbak, mungkin ya curhat bisa sih ke yang lain tapi mungkin lebih aman kayak counseling gitu gak sih mungkin kalau curhat ke temen, temennya malah cerita ke yang lain kalau counseling kan siapa tau bisa menjaga rahasianya.

Wawancara 2

Hari/tgl : Senin, 10 Februari 2025

Jam : 13.50 WIB

Tempat : Kost Afifatul

Narasumber : AM

Status : Mahasiswi

1. Sebagai seorang mahasiswa bagaimana definisi kesehatan mental menurut anda?

Mungkin ini ya, mentalnya seorang yang berkaitan dengan psikologis atau emosi seseorang.

2. Darimana anda memperoleh pengetahuan tentang kesehatan mental?

Pernah baca-baca di TikTok sama di ini, kayak artikel-artikel gitu

3. Apakah menurut anda mahasiswa di yogyakarta ini memahami dan memperhatikan kesehatan mental mereka?

Mungkin ada beberapa persen yang paham sama yang gak paham ya

4. Apakah anda pernah merasakan atau melihat teman yang mengalami gangguan kesehatan mental?

Pernah ada teman saya, kayak kesehatan mentalnya agak terganggu gitu ya.

5. Apa yang menurut anda paling menantang atau berat bagi mahasiswa dalam menjaga kesehatan mental mereka selama kuliah?

Kalau menurut saya hal yang paling menantang atau yang berat banget bagi mahasiswa dalam menjaga kesehatan mental mereka selama kuliah itu ketika skripsian atau dengan dosennya atau dengan tugas-tugas lain atau masalah lain. Ada beberapa orang yang memiliki hubungan relationship kan juga ngaruh sama kesehatan mental, terus tentutan orang tua, sama biasanya ada.

- 6. Menurut anda apakah ada stigma atau pandangan negatif terhadap mahasiswa yang memiliki gangguan kesehatan mental? Apakah stigma tersebut mempengaruhi cara mahasiswa menangani masalah kesehatan mental mereka?**

Tentu ada kalau pandangan negatif. Iya, karena dengan stigma tersebut orang yang memiliki gangguan kesehatan mental merasa tersingkirkan dan cenderung menyendiri.

- 7. Sebagai seorang mahasiswa bagaimana pandangan anda mengenai hubungan antara ajaran islam dan kesehatan mental? Apakah anda merasa bahwa islam mengajarkan cara-cara untuk menjaga kesehatan mental?**

Tentunya ada, kalau yang misalnya imannya kuat mereka akan membuat sholat, ibadah, segala macam itu sebagai pedoman hidup, Tapi kalau kan ada yang imannya tipis yaudah aku hidup cuma kayak gini gitu Jadinya kayak yaudah gitu

- 8. Dalam pengalaman anda sebagai mahasiswa, apakah ajaran islam (seperti doa, dzikir, shalat, atau konsep sabar) membantu mahasiswa mengatasi stres atau masalah emosional yang mereka alami?**

Balik lagi sama yang tadi ya Itu tergantung keimanan seseorang sih, Jadi kalau keimanannya tipis biasanya juga kayak mereka nggak mikir hidup ini buat apa gitu Tapi mbak tau keimanannya tipis atau nggak itu dari mana? Saya kan pernah tanya sama temen saya Dia kayak kesehatan mental sama pacarnya

Relationship Hubungannya Terus tak suruh coba sholat, coba gini gitu Udah-udah tapi nggak ngaruh sama hasilnya gitu.

9. Apakah anda merasa bahwa aspek-aspek ajaran islam bisa menjadi solusi bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan emosional atau mental?

Iya, ajaran-ajaran islam itu bisa jadi solusi emosional mereka, kesehatan mentalnya juga gitu bisa.

10. Apa pendapat anda tentang fenomena bunuh diri yang melibatkan mahasiswa di yogyakarta? Apa yang menurut anda bisa menjadipenyebab utama terjadinya hal tersebut?

Penyebabnya tadi misal tuntutan orang tua yang terlalu besar ya harapan keanaknya kan ada yang kamu harus jadi ini, kamu harus jadi ini gitu Terus sama ekonomi juga ngaruh.

11. Apakah menurut anda mahasiswa yang mengalami depresi atau stress lebih rentan terhadap pikiran bunuh diri? Mengapa?

Mungkin sekali, sangat mungkin, karena orang yang kayak udah merasa ini gimana kok nggak ada jalan keluarnya gitu itu pasti kayak dia pengen nyakitin diri sendiri gitu.

12. Dalam pandangan sebagai mahasiswa, bagaimana cara ajaran islam disampaikan oleh tokoh agama agar bisa memberikan panduan untuk

mencegah atau mengatasi rasa perasaan putus asa yang dapat berujung pada tindakan bunuh diri?

Sepertinya terus mengingatkan Allah, sholat, zikir gitu kalau tokoh agamanya, misal ada ustad bisa ngasih tahu gitu

Apa yang sudah dilakukan oleh kampus dalam mendukung kesehatan mental mahasiswanya terutama UII?

Biasanya di tiap fakultas itu ada bimbingan ini ya Kayak tes psikolog gitu enggak sih? Bimbingan counseling gitu buat mahasiswa yang kayak depresi, stres gitu Jadi ada layanan buat mereka curhat gitu kali. Kalau di UII pernah dengar ada dari dosen katanya di fakultas psikolognya pernah ada tapi lupa.

13. Apa yang perlu diperbaiki kampus atau ditingkatkan oleh kampus UII untuk lebih memperhatikan kesehatan mental mahasiswa?

Yang perlu diperbaiki kampus misalkan bisa lebih sering mengadakan seminar, edukasi, penguatan, support oleh mahasiswanya gitu Lebih intens buat anak-anak yang punya masalah depresi itu kayaknya.

14. Apa pendapat anda tentang pentingnya menyediakan layanan konseling atau psikologis dikampus untuk mahasiswa yang membutuhkan?

Layanan psikologis sangat penting karena kita kan enggak tahu ada beberapa individu yang mungkin Mereka enggak tahu ini jalan keluarnya gimana gitu Kita juga butuh pendengar yang baik Sama buat ngasih pemecahan masalah kepada orang yang depresi.

Wawancara 3

Hari/tgl : Rabu, 12 Februari 2025

Jam : 16.11 WIB

Tempat : Lobby FIAI

Narasumber : ISN

Status : Mahasiswa

1. Sebagai seorang mahasiswa bagaimana definisi kesehatan mental menurut anda?

Bisa dikatakan mungkin kesehatan mental itu adalah dimana seseorang itu mempunyai pikiran, perasaan dan kondisinya itu merdeka atau kayak sejahtera jadi intinya dia mempunyai keleluasaan untuk berpikir dan sebagainya pokoknya intinya merdeka.

2. Darimana anda memperoleh pengetahuan tentang kesehatan mental?

ya mungkin dari apa namanya, sosial media bisa jadi, terus mungkin karena pengalaman-pengalaman di lapangan juga, di lapangnya.

3. Apakah menurut anda mahasiswa di yogyakarta ini memahami dan memperhatikan kesehatan mental mereka?

Saya kurang tahu ya, terkait hal tersebut apakah mereka mengetahui adanya kesehatan mental ataupun enggak, saya kurang mengetahuinya tapi menurut saya pasti apa namanya orang-orang zaman sekarang terkhusus gen z mungkin yang sekarang lagi kuliah tentunya pasti mereka kurang lebih pasti tahu lah apa itu namanya kesehatan mental gitu kan karena identik gitu ya gen z dengan kesehatan mental gitu ya pasti tahu gitu karena adanya teknologi kemudian media sosial pasti tahu sih.

4. Apakah anda pernah merasakan atau melihat teman yang mengalami kesehatan mental? Bagaimana sikap anda terhadap orang tersebut?

karena kebetulan teman-teman dekat sih pokoknya teman lah teman gitu teman punya gangguan kesehatan mental juga apa namanya gangguan mental lah dan kita sebagai sosok temannya mungkin ya apalagi teman dekat maksudnya jangan sampai ditinggalin sih terutama mereka sih apa namanya maunya itu mungkin ada didengarkan terus apa ya apa namanya bisa mencurahkan apa yang dia kelulukan gitu kan dan kita terus support itu sih terus semangat gitu kan dan apa yang kita bisa bantu ya kita bantu.

5. Apa yang menurut anda paling menantang atau berat bagi mahasiswa dalam menjaga kesehatan mental mereka selama kuliah?

Hal yang paling menantang ya, Di kalangan mahasiswa itu Bisa dibilang tugas mungkin ya Tugas yang berat Mungkin seperti itu Terus tugas akhir bisa jadi ya kemudian bisa jadi karena mungkin dia tidak punya teman di kampus atau tidak Apa namanya sosialisasinya kurang sehingga bisa jadi depresi dan sebagainya.

6. Menurut anda apakah ada stigma atau pandangan negatif terhadap seseorang yang mengakui kesehatan mental? Apakah stigma tersebut

mempengaruhi cara seseorang menangani masalah kesehatan mental mereka?

tentunya ada gitu kan, sampai gak mau deket kan Karena mungkin tingkah lakunya aneh gitu kan, tingkah lakunya aneh, terus kemudian ya ada orang yang gak mau deket gitu. Pokoknya kalau misalkan mau deketin dia ya otomatis juga susah lagi tekan usah gitu tapi dengan adanya stigma atau pandangan negatif itu mempengaruhi cara dia untuk mengenai menangani kesembuhan kesehatan mentalnya kan dengar tadi kan dengan ada pandangan negatif dari orang-orang orang-orang nggak mau deketkan merasa, oh kok aku diginiin sama orang, padahal kan orang gak ngerti aku, gitu saya sebagai teman dekatnya dia tambah merasa depresi atau mungkin ada saatnya dia merasa seperti itu, kenapa sih aku diginiin sebagai temannya kita cuma bisa menguatkan aja karena yang bisa mengondisikan Pikiran kita Dari kita sendiri Gak bisa gitu kan Orang mau berkata apa, orang mau melakukan hal apa Kita tidak bisa membatasi itu Yang kita bisa batasi itu adalah Pikiran kita sendiri Selalu bilang seperti itu.

7. Sebagai seorang mahasiswa bagaimana pandangan anda mengenai hubungan antara ajaran islam dan kesehatan mental? Apakah anda merasakan bahwa islam mengajarkan cara-cara untuk menjaga kesehatan mental?

Tentu pasti ada Terus Ya lanjut mas Dalam ajaran agama Islam kan kita Sudah Sudah tau gitu ya Bahwa kalau misalkan kita punya masalah Ya Allah pasti ada Solusinya gitu karena kan Allah juga udah apa namanya, berfirman gitu kan di dalam Al-Quran. Kalau misalkan ada kesulitan, pasti ada kemudahan. Jadi, ya

di apa namanya, kalau misalkan ada kayak permasalahan atau dan sebagainya, ya insya Allah itu pasti ada solusinya gitu. Pasti ada solusinya. Ya, yang bisa kita lakukan adalah sabar dan terus beikhtiar aja.

- 8. Dalam pengalaman sebagai mahasiswa, apakah ajaran islam (seperti doa, dzikir, shalat atau konsep sabar) membantu mahasiswa mengatasi stres atau masalah emosional yang mereka alami?**

Bisa jika seseorang tersebut mendalami ajaran-ajaran yang diajarkan oleh Allah dan rasulnya. Hal itu karena kan kata Allah kan kalau misalkan apa namanya shalat dan sabar itu sebagai penolong begitu Insyaallah mungkin kalau misalkan shalat kita baik dan sabarnya diperluas juga insya Allah itu jadi penolong kita.

- 9. Apakah anda merasa bahwa aspek-aspek ajaran islam bisa menjadi solusi bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan emosional atau mental?**

Iya, saya merasakan jika ajaran-ajaran islam bisa menjadi solusi atas permasalahan yang seseorang alami termasuk dengan diri saya sendiri

- 10. Apa pendapat anda tentang fenomena bunuh diri yang melibatkan mahasiswa di Yogyakarta? Apa yang menurut anda bisa menjadi penyebab utama terjadinya hal tersebut?**

penyebabnya karena beberapa faktor mungkin ya selain faktor internal dalam dirinya pasti ada faktor eksternal salah satu contohnya mungkin bisa karena stres karena kuliah bisa jadi ya karena kuliah karena tugas-tugas bisa jadi karena apa namanya pacar mungkin ya gitu ya pasangan gitu ya relationship gitu kan karena karena apa lagi ya karena mungkin banyak fakt sosial juga bisa jadi. Bisa

jadi karena intervensi-intervensi orang gitu kan. Terkait dengan dirinya gitu. Terus karena lifestyle juga mungkin bisa jadi.

11. Apakah menurut anda mahasiswa yang mengalami depresi atau stress lebih rentan terhadap pikiran bunuh diri? Mengapa?

Mungkin sih, karena menganggap masalahnya cukup berat dan dia berfikir cara untuk menyelesaikan masalahnya dengan melukai dirinya sendiri bahkan terfikirkan untuk melakukan tindakan bunuh diri.

12. Dalam pandangan anda sebagai mahasiswa, bagaimana cara ajaran islam disampaikan oleh tokoh agama agar bisa memberikan panduan untuk mencegah atau mengatasi rasa perasaan putus asa yang dapat berujung pada tindakan bunuh diri?

Karena sekarang Teknologi sudah sangat canggih, adanya media sosial dan sebagainya. Karena sekarang itu banyak anak gen z juga ya, banyak gitu kan. Jadi kalau bisa ada influencer-influencer dari tokoh agama itu bisa menyampaikan gitu. menjaga kesehatan mental terus kemudian intinya sosialisasi terkait dengan kesehatan mental itu seperti apa mungkin cara mengatasinya dalam agama kayak gimana dan mungkin bisa jadi di carikan solusi-solusi terbaik

13. Apa yang sudah dilakukan oleh kampus dalam mendukung kesehatan mental mahasiswanya?

Setahu saya, UI itu sudah punya gitu ya, terkait dengan kesehatan mental ini. Namanya itu Peka kalau salah, namanya Peka. Kesehatannya lupa ya, pokoknya itu untuk kesehatan mental mahasiswa untuk menangani kasus-kasus

kesehatan mental dan sebagainya. Dan mungkin cara meminimalisirnya kayak gimana dengan cara-cara kayak melakukan seminar-seminar dan sebagainya.

14. Jadi menyediakan layanan counseling itu sangat penting ya Mas Isam, apalagi di universitas

Wawancara 4

Hari/tgl : Rabu, 12 Februari 2025

Jam : 16.18 WIB

Tempat : Lobby FIAI

Narasumber : DRN

Status : Mahasiswi

1. **Sebagai seorang mahasiswa bagaimana definisi kesehatan mental menurut anda?**

menurut aku sendiri kesehatan mental segala sesuatu yang mempengaruhi mental kita gitu ya mulai dari stres tekanan batin atau segala macam perasaan-perasaan gitu menurutku itu sih

2. **Darimana anda memperoleh pengetahuan tentang kesehatan mental?**

kesehatan mental itu nah mbak Dian itu memperoleh pengetahuan kesehatan mental itu dari mana kalau aku pribadi jujur lewat postingan-postingan IG ya karena sekarang kan di sosial media itu mudah banget sebenarnya kita dapetin Asalkan kita mau cari juga gitu

3. **Apakah menurut anda mahasiswa di yogyakarta ini memahami dan memperhatikan kesehatan mental mereka?**

Menurutku ya harusnya sebagian besar dari mereka Udah memahami gitu Karena setiap hari kita pasti punya handphone Dan pasti lewat handphone itu sangat mudah, Dan kadang itu suka lewat gitu kan Di beragak kita masing-masing Di akun-akun sosmed kita masing-masing, di akun-akun sosmed kita masing-masing gitu. Iya.

4. Apakah anda pernah merasakan atau melihat teman yang mengalami kesehatan mental? Bagaimana sikap anda terhadap orang tersebut?

Pernah banget. Jujur waktu itu teman kknnya aku ada yang punya masalah kesehatan mental. Jadi aku kayak shock banget, aku panik banget, aku harus ngapain dan itu juga perlu diri aku sendiri pun perlu latihan gitu untuk menghadapi orang yang memiliki kesehatan mental yang bermasalah gitu jadi aku jujur bisanya cuma istighfar baca-baca ya Allah semoga tidak kena benar-benar

5. Apa yang menurut anda paling menantang atau berat bagi mahasiswa dalam menjaga kesehatan mental mereka selama kuliah?

itu ketika jadi masuk air itu kesehatan mentalnya apa misalnya kayak skripsi apa-apa gitu melihat orang udah apa namanya udah jalan jauh gitu beneran itu pressure banget ya pertama ketika melihat orang udah sumpro itu pasti ada pressure sendiri apa yuk sekarang kita lihat temen-temen kita udah pada sejauh ini kayak mereka tuh kan apa ya mau gak mau kita kan pasti apa ya patokan kita tuh ke temen-temen kita sendiri kan gak mungkin liat kakak-kakak kita udah lulus kita juga pengen lulus kan gak mungkin ketika melihat temen-temen kita

lulus tuh rasanya bener-bener kayak aduh aku kapan ya kok aku belum bisa kayaknya jadi tekanannya tuh ada banget

6. Menurut anda apakah ada stigma atau pandangan negatif terhadap seseorang yang mengakui kesehatan mental? Apakah stigma tersebut mempengaruhi cara seseorang menangani masalah kesehatan mental mereka?

Jujur kalo waktu itu saat itu kayak keadaan itu temen-temen tuh malah support sih. Jadi kita tuh kayak saling membahu-bahu gitu Dia kan kayak apa ya depresan banget dan kayak pengen bunuh diri gitu kan jadi mau nggak mau kita tuh kayak menghindari benih-benih tajam kita tuh semua cari bener-bener tanya maksudnya kaya saling inilah saling mengerti gitu saling memahami dan berusaha melindungi gitu takut apa sih maksudnya dia nggak berbuat apa yang dia inginkan gitu kan kalau kayak gitu kan apa ya kalau orang yang dalam apa sih kalau lagi campur gitu ya depresinya apa maksudnya penyakitnya itu kan rentan apa ya, stress dikit-dikit aja juga harus memperhatikan kata-kata kita juga betul-betul takut juga gitu kan, jadi ya itu tadi memperhatikan kata-kata, terus ya melihat si orang ini jangan sampai stress atau banyak pikiran gitu biasanya itu jadi lebih sensitif. Dengan adanya stigma negatif dari orang lain gitu justru itu memperparah sih harusnya maksudnya menurutku ya pandanganku gitu kalau melihat orang ada tahunnya orang butuh support tapi malah dipandang kayak gitu itu pasti bakal down banget bikin si orang ini bakal down pemilik depresi gitu saya tentu.

- 7. Sebagai seorang mahasiswa bagaimana pandangan anda mengenai hubungan antara ajaran islam dan kesehatan mental? Apakah anda merasakan bahwa islam mengajarkan cara-cara untuk menjaga kesehatan mental?**

Harusnya harus Iya sih pasti ada karena di Islam kan kayak udah paket lengkap lah ya kalau kita ya apa aja Al-Quran pasti ada semua gitu tidak mungkin kita nyikapinnya gimana gitu.

- 8. Dalam pengalaman sebagai mahasiswa, apakah ajaran islam (seperti doa, dzikir, shalat atau konsep sabar) membantu mahasiswa mengatasi stres atau masalah emosional yang mereka alami?**

harusnya iya mbak, karena apa ya, sebenarnya hal-hal kayak gitu kalau kita resapi, kita dalem itu tuh pasti bakal berimpak banget jangankan kayak zikir sholat, kalau misalnya kita dalem sholat nih, kita pahami artinya dalam sedalam dalam mungkin itu adalah merupakan self healing healing kita saat setiap hari kita gitu jadi menurutku Islam itu sangat membantu banget apa ya membagikan perlindungan lah akan menjaga kesehatan mental. tapi semua itu kembali lagi ke diri dia sendiri. Kalau misalnya mungkin diri dia ada yang salah dari diri dia saat sholat kah atau emang mungkin tekanan dia tuh nggak bisa banget gitu. Menghadapi hal-hal yang berat banget buat hidup dia tuh mungkin dia nggak bisa menginiin gitu. Menyelesaikan diri dia, apa sih kesehatan dia sendiri. Maksudnya apa ya yang memperhatikan gitu kayak udah tahu dia ini apa yang misalkan ya panik attack tapi dia tuh kayak apa ya enggak berusaha gitu untuk mengelola emosinya gitu kan kayak mungkin kalau dengan dia

berusaha untuk mengetahui gimana sih cara-caranya untuk mengelola emosi mungkin itu bakal meredak dan yaitu lagi tadi kalau misalnya sholat dan segala maksudnya segala macam yang ada dalam Islam yang bisa dia gunakan untuk menjaga kesehatan mental diabelum itu berarti juga itu harus ada hal yang diintropeksi dari diri dia sendiri terus berarti ya aspek-aspek ajaran Islam itu menjadi solusi untuk mengatasi kesulitan emosional.

9. Apakah anda merasa bahwa aspek-aspek ajaran islam bisa menjadi solusi bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan emosional atau mental?

Seperti pernyataan saya di pertanyaan sebelumnya berarti ya aspek-aspek ajaran Islam itu menjadi solusi untuk mengatasi kesulitan emosional.

10. Apa pendapat anda tentang fenomena bunuh diri yang melibatkan mahasiswa di yogyakarta? Apa yang menurut anda bisa menjadi penyebab utama terjadinya hal tersebut?

penyebab utamanya ya jujur itu ya bisa jadi juga karena jauh dari agama, ya mungkin ya kemungkinan jauh dari agama karena ya itu tadi agama itu udah paket lengkap banget udah memberikan segala solusi di dalam Al-Quran, agama Islam terus juga mungkin lingkungan juga sih kayaknya ya Mbak mungkin atau nggak kesendirian dia merasa lonely gitu kayak nggak punya siapa-siapa gitu kan dan dia tuh bingung nggak punya tempat surat jadi tapi dia stres gitu dan mungkin dia belum bisa mengolah emosinya sendiri jadi dia mengambil tindakan yang memang apa ya berusaha ya udah-udahlah biar cepet gitu jadi hanya menghajar dirinya sendiri berarti penyebab bunuh diri itu

kecenderungan kecenderungan karena depresi depresi gitu ya Mbak itu bisa jadi penyebab orang bunuh diri juga.

11. Apakah menurut anda mahasiswa yang mengalami depresi atau stress lebih rentan terhadap pikiran bunuh diri? Mengapa?

Bisa jadi, karena penyebab bunuh diri kecenderungan karena depresi atau stres, jadi memungkinkan saja kalo seseorang atau mahasiswa yang mengalami depresi atau stress lebih rentan terhadap pikiran bunuh diri.

12. Dalam pandangan anda sebagai mahasiswa, bagaimana cara ajaran islam disampaikan oleh tokoh agama agar bisa memberikan panduan untuk mencegah atau mengatasi rasa perasaan putus asa yang dapat berujung pada tindakan bunuh diri?

tokoh-tokoh tuh kayak sekarang tuh bukan cuma dari masjid ke masjid aja tapi bisa via sosial media sosial media itu sangat-sangat dibutuhkan karena catatan anak-anak sekarang pengennya HP gitu kan ya jadi menurutku lebih dibanyakan lagi kali ya mungkin kajian bukan kajian kan ya potongan-potongan akan memanasi jaga ketenangan diri terutama gitu dalam islam itu gimana aja ya itu mungkin Mbak sendiri terus kalau menurut Mbak peran kampus sendiri gimana kan waktu itu pernah dengar nggak sih ada mahasiswa yang berdiri itu kan kebetulan itu udah cukup mendukungkan bakteria mental seperti yang kita tahu gitu terus yang udah dilakukan kampus itu apa biasanya kalau apa namanya misal ada di masjid kan badian takmir nih itu nanti masih itu ada kajian-kajian gitu udah pernah gitu kalau di kampus ya kebetulan saya

bergerak di masjid Iya bener-bener masih sendiri ya sedikit banyak suka mengangkat isu isu kesehatan mental.

13. Apa yang sudah dilakukan oleh kampus dalam mendukung kesehatan mental mahasiswanya?

setahu saya kalau nggak salah di kampus pun sendiri punya fasilitas untuk apa konseling gitu kan yang banyak. Sebenarnya nih kampus ini udah paket lengkap lah gitu tapi tergantung kitanya lagi gitu. Kitanya ini mau nggak sih gitu, mau mengobati diri kita sendiri nggak sih.

14. Apa yang perlu diperbaiki kampus atau ditingkatkan oleh kampus UII untuk lebih memperhatikan kesehatan mental mahasiswa?

harus ada survei nih apa aja kriteria apa maksudnya apa aja nih yang menyebabkan siswa stres apalagi kok bisa juga kan waktu itu juga di Jogja tuh kalau nggak salah anak mabah-mabah tuh dibuli, siapa tahu jadi bulian gitu-gitu. Mungkin ya bisa ngadain apa lagi, survei terkait apa aja gitu, penyebab stresnya mahasiswa-mahasiswanya sendiri.

15. Apa pendapat anda tentang pentingnya menyediakan layanan konseling atau psikologis di kampus untuk mahasiswa yang membutuhkan?

Penting banget sih, Karena kampus kan udah nyediain tadi buat mahasiswa yang mau curhat kadang kan curhat sama temennya kadang ga cocok berarti penting banget penting banget sih menurutku sebenarnya.

Wawancara 5

Hari/tgl : Kamis, 12 Februari 2025

Jam : 10.18 WIB

Tempat : Lobby FIAI

Narasumber : SS

Status : Mahasiswi

1. Sebagai seorang mahasiswa bagaimana definisi kesehatan mental menurut anda?

kalau kesehatan mental itu berarti stabilitas jiwa ya di apa namanya jiwa kan ada ruh, ada hati, ada akal ada fisik nah keempat itu stabil.

2. Dimana anda memperoleh pengetahuan tentang kesehatan mental?

dari baca karena sejak SMA itu buku-buku yang saya baca tuh terkait self-improvement kayak ya pokoknya yang lagi digantungin waktu SMA tuh buku-buku besar kayak gitu kayak ada quotes-quotesnya gitu-gitu yang pendek-pendek gitu.

3. Apakah menurut anda mahasiswa di yogyakarta ini memahami dan memperhatikan kesehatan mental mereka?

kalau saya enggak pernah baca datanya sih kayak data berapa persen orang yang memperhatikan yang memperhatikan kesehatan mental itu gak pernah baca, cuman untuk dinilai secara langsung ya dari yang saya lihat aja dari yang saya tahu banyak sekarang itu kayak forum-forum seminar atau kajian itu yang fokus dengan bahas kesehatan mental jadi dengan itu agaknya cukup banyak yang sadar tentang pentingnya kesehatan mental.

4. Apakah anda pernah merasakan atau melihat teman yang mengalami kesehatan mental? Bagaimana sikap anda terhadap orang tersebut?

kalau mengalami tuh dulu ya waktu SMP perhalan dari SD ke SMP itu sangat apa yamerusak merusak mental gitu ya kepercayaan diri juga terus habis itu banyak temen-temen tuh yang nggak mau berteman itu dengan alasan yang sebenarnya saya tahu cuman ya udah di Maja itu kan jadi disaat itu tuh saya banyak ditertawakan saya pernah sendiri selama satu tahun itu saya duduk sendiri di belakang karena nggak ada yang mau duduk bareng terus saat itu kayak saya bener-bener rasa saya gak berkembang sama sekali karena orang itu seakan apa ya, membungkam gitu loh dan di beberapa kelompok belajar misalkan tidak sengaja dengan saya mereka tuh seakanenggan gitu ya, untuk memberikan saya kesempatan untuk bisa belajar atau ikut, tercampur gitu dalam menyelesaikan tugas itu, jadi saya sempat dulu itu apa ya kebahagiaan banyak teman-teman yang kelompoknya itu laki-laki dan saya perempuan sendiri saya mengalami sendiri sih kalau itu berarti itu kan pengalaman mbak waktu SMA gitu waktu jombang SMA.

5. Apa yang menurut anda paling menantang atau berat bagi mahasiswa dalam menjaga kesehatan mental mereka selama kuliah?

ini sih ngembaliin semangat belajar ya ada kan di beberapa situasi itu kita nggak mau bahkan kayak lagi ngerjain skripsi itu kayak ada satu minggu tuh saya kayak nggak mau liat laptop itu udah di meja gitu sih, kayak aku bingung mau nulis apa, aku gak tau mau nulis apaitu jadi kayak apa ya mau liat laptop aja tuh

gak mau gitu, gitu sih terus akhirnya caranya untuk escape dari situ tuh saya jalan pagi selama 30 menit

6. Menurut anda apakah ada stigma atau pandangan negatif terhadap seseorang yang mengakui kesehatan mental? Apakah stigma tersebut mempengaruhi cara seseorang menangani masalah kesehatan mental mereka?

Sepanjang SMA sama SMA tuh, saya n nganggep saya pendiam itu bodoh. Jadi orang yang nggak banyak berbicara, orang yang nggak banyak, maksudnya nggak rame gitu ya di kelas, itu mereka anggapnya. bodoh dan nggak bisa apa-apa. Makanya saya kerap disepelekan kalau dalam urusan kerja kelompok atau kayak gitu. Padahal saat itu saya memangengaruh juga ya sama orang-orangny. terus kalau stigma atau pandangan negatif itu mempengaruhi mbak, mengatasi kesehatan kita kan dijauhin kan stress kan stress pengen punya temen juga gitu mbak gimana nah ini masih di SMP ya saya tuh di raport saya waktu kenaikan kelas ke 7 ke 8 saya bolos eh bolos bukan bolos izin sakit itu sebanyak 14 kali terus tanpa keterangan itu 2 kali kalau tidak salah terus izin biasa itu saya emang bohong aja sama ibu karena saya emang gak sepengen itu buat sekolah karena di sekolah kayak gitu itu beberapa kali itu ada berapa hari ya 2 hari juga kayaknya dan itu sampai saya tuh pernah di katin orang gitu ya, ada orang yang dia tuh tetangga kelas saya belum ini kenapa sih gak pernah masuk ini orangnya jarang banget masuk ya karena eksistensi kalian yang gak menganggap aku ada itu yang gak menganggap aku ada itu aku jadi kayak malas sekolah gitu jadi itu

sangat berpengaruh ya mbak ya terus kalau menurut mbak sekarang kan udah mahasiswa

- 7. Sebagai seorang mahasiswa bagaimana pandangan anda mengenai hubungan antara ajaran islam dan kesehatan mental? Apakah anda merasakan bahwa islam mengajarkan cara-cara untuk menjaga kesehatan mental?**

kalau ajaran agama Islam itu memang Islam bukan hadir untuk memperbaiki akhlak ya jadi akhlak itu pun tergantung di dalam diri juga jadi saya tuh sangat cara saya sembuh itu salah satunya dengan Alquran dan apa yang tertulis dalam Alquran kita kemudian kalau kita lihat tanpa adanya spiritual yang baik itu juga jadi salah satu faktor lemahnyadiri atau udah mengestres itu tadi berarti menurutnya itu ajarannya sama kayak sholat doa-doa sering ibaratnya sering berkunjung ke tempat-tempat yang bagus.

- 8. Dalam pengalaman sebagai mahasiswa, apakah ajaran islam (seperti doa, dzikir, shalat atau konsep sabar) membantu mahasiswa mengatasi stres atau masalah emosional yang mereka alami?**

- 9. Apakah anda merasa bahwa aspek-aspek ajaran islam bisa menjadi solusi bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan emosional atau mental?**

cukup menjadi solusi Untuk orang-orang yang Mengalami kesehatan mental gitu Iya sangat Ketika seseorang itu Berani depresi Terus dia Cara move on nya adalah dengan Mendekatkan diri dan belajar Itu benar-benar nge-booster banget Karena ketika kita merasa sendirian Dan kita pengalihannya itu dengan cara yang tepat Maka kita gak akan ngerasa sendirian dan kita pengalihannya itu dengan cara yang tepat maka kita nggak akan merasa sendiri gitu tapi kalau

menurutnya kan banyak kan orang yang mengalami depresi stress tapi pengalihannya itu malah ke hal-hal yang misal pergaulan bebas yang sering keluar malam pulanginya pagi gitu menurut Mbak gimana pengalihan yang hal-hal nggak benar gitu aku melihat itu kayak salah ambil langkah dia tujuannya untuk menghilangkan sesak sesak di dada, tapi sebetulnya itu hanya sementara, besok paginya kalau udah bangun lagi, ya balik lagi rasanya, jadi mereka benar-benar butuh ditolong, setidaknya

10. Apa pendapat anda tentang fenomena bunuh diri yang melibatkan mahasiswa di yogyakarta? Apa yang menurut anda bisa menjadi penyebab utama terjadinya hal tersebut?

ada banyak faktor ya salah satunya mungkin tekanan kerja atau kesatuan spiritualnya juga atau mempunyai masalah keluarga itu bisa banyak-banyak faktor Nah kalau yang berita-berita yang berada itu kebanyakan memang karena stres kerja sih jadi apa ya untuk ngalihin harus diatur lagi manajemen waktunya terus kalau bisa kalau misalkan udah merasa diri itu stres atau merasa diri itu udah gak kurang bersemangat itu ya cepat-cepat ngalihin itu ke hal-hal yang setidaknya buat dia senang dulu pada suatu waktu itu

11. Apakah menurut anda mahasiswa yang mengalami depresi atau stress lebih rentan terhadap pikiran bunuh diri? Mengapa?

Iya karena sebetulnya kan orang motivasi orang-orang mandiri ya ini yang saya baca tuh sebenarnya tuh nggak pengen mati cuman pengen hilang aja sakitnya tapi dia enggak tapi nggak tahu caranya gimana makanya ya udah mudah aja seakan enggak ada solusi lain selain itu pun selain mati itu maka ya itu tadi sih

kalau emang udah mulai ada indikasi untuk menyakiti diri sendiri cepat-cepat bilang ke orang atau setidaknya apa ya bisa mengalihkan itu gitu loh emangnya emang nggak mudah tapi selalu ada cara.

12. Dalam pandangan anda sebagai mahasiswa, bagaimana cara ajaran islam disampaikan oleh tokoh agama agar bisa memberikan panduan untuk mencegah atau mengatasi rasa perasaan putus asa yang dapat berujung pada tindakan bunuh diri?

peran tokoh agama-agama semakin banyak orang yang melakukan tindakan begitu apalagi muslim kan toko agamanya menurut mesti gimana gitu yang pertama tuh nggak boleh menjatuhkan enggak tahu ya dasar atau alasan mereka mau itu tuh apa tapi memang kalau Islam sendiri itu mengajarkan kalau kita mau menyampaikan itu harus kenal dulu sama orangnya jangan kita tiba-tiba kayak ngapain lu mikir mati gitu pada kita nggak kenal itu siapa malah itu kayak menunjukkan kalau bisa mencoba baik itu jantung kasar gitu sama orang justru pendekatannya kalau emang dia tokoh agama sering sering untuk membicarakan tentang pentingnya kesehatan mental itu di dalam forum-forum kajiannya dia terus kalau untuk peran kamu sendiri terutama di itu udah melakukan tindakan akan apa dalam mendukung kesehatan mental mahasiswa kalau perang kampus yang paling tepat setidaknya gitu ya ada saatnya saat gas tentang kesehatan mental untuk saat ini yang udah dilakukan yang udah Mbak tahu gitu Mungkin lebih sering apa ya ngadain seminar-seminar tentang kesehatan mental

13. Apa yang sudah dilakukan oleh kampus dalam mendukung kesehatan mental mahasiswanya?

penting banget karena kita dketika orang udah ngerasa gak punya temen dia bakal tahu jalannya kemana

Wawancara 6

Hari/tgl : Minggu, 16 Februari 2025

Jam : 13.39 WIB

Tempat : Perpustakaan pusat UII

Narasumber : MES

Status : Mahasiswa

1. Sebagai seorang mahasiswa bagaimana definisi kesehatan mental menurut anda?

kalau menurut saya kesehatan mental atau kesehatan jiwa itu secara singkat dapat diartikan sebagai kesehatan yang banyak menyangkut dengan kejiwaan serta pikiran seseorang itu menurut saya

2. Darimana anda memperoleh pengetahuan tentang kesehatan mental?

saya tuh biasanya dari media sosial ataupun artikel di internet

3. Apakah menurut anda mahasiswa di yogyakarta ini memahami dan memperhatikan kesehatan mental mereka?

kalau saya sendiri dan juga melihat teman-teman saya rasa sudah cukup memperhatikan karena? oh ya jadi dapat hal itu dapat terlihat ketika saya dan teman-teman itu setelah melakukan hal-hal atau tugas-tugas yang cukup berat

katakanlah kita tuh langsung segera menyegarkan pikiran dengan bepergian, jalan-jalan, healing lah istilahnya gitu jadi itu untuk apa namanya, relaksasi pikiran agar tidak stres.

4. Apakah anda pernah merasakan atau melihat teman yang mengalami kesehatan mental? Bagaimana sikap anda terhadap orang tersebut?

Kalo saya pribadi alhamdulillah belum pernah, Mungkin kalo saya dihadapkan dengan hal seperti itu dan itu teman saya ya Mungkin saya akan mencoba menemani dia untuk ke ahlinya Dalam hal ini ahli psikolog

5. Apa yang menurut anda paling menantang atau berat bagi mahasiswa dalam menjaga kesehatan mental mereka selama kuliah?

menurut saya itu adalah hal yang membuat mahasiswa itu mudah stres adalah ketika mereka mengambil multitasking biasanya itu bagi mahasiswa yang dengan tekanan hidup yang sangat berat untuk menangani hidup yang sangat berat, tuntutan hidup yang sangat berat, sehingga mengharuskan mereka kuliah juga disambi dengan kerja. Itu akan tentunya dapat berpotensi menyebabkan stres.

6. Menurut anda apakah ada stigma atau pandangan negatif terhadap seseorang yang mengakui kesehatan mental? Apakah stigma tersebut mempengaruhi cara seseorang menangani masalah kesehatan mental mereka?

kalo sejauh pemahaman saya ya itu ada dua pandangan yang pertama adalah pandangan yang mengatakan bahwa tidak mengatakan bahwa orang cengeng kemudian ada di sisi lain ada pandangan yang mengatakan bahwa oh iya orang-

orang yang mengalami gangguan mental psikis itu harus dibina dan jangan dibiarkan itu sih sigma negatif itu Sebenarnya itu tergantung dari bagaimana mahasiswa itu menyikapi ya kalau semuanya katakanlah mahasiswa yang mentalnya baperan mungkin bisa sangat mempengaruhi untuk menambah stress mereka itu.

7. Sebagai seorang mahasiswa bagaimana pandangan anda mengenai hubungan antara ajaran islam dan kesehatan mental? Apakah anda merasakan bahwa islam mengajarkan cara-cara untuk menjaga kesehatan mental?

Ya tentu, Para ulama juga Berpendapat bahwa Agama itu ada juga untuk Memelihara jiwa Taskiatun nafs Jadi melihara jiwa, taskiyatun nafs. Jadi, dengan adanya ritual ibadah, seperti membaca Al-Quran, berdzikir, itu salah satu cara untuk mengendalikan, memantrol, serta menenangkan jiwa.

8. Dalam pengalaman sebagai mahasiswa, apakah ajaran islam (seperti doa, dzikir, shalat atau konsep sabar) membantu mahasiswa mengatasi stres atau masalah emosional yang mereka alami?

Ya, kalau menurut saya iya. Karena orang yang berpegangan pada agama, itu akan ketika dia sedang merasa depresi, stres, itu selalu ada alasan untuk kembali, yaitu pada agama, yaitu kepada Tuhannya. Tapi ketika melihat orang yang sudah rajin beribadah tapi masih rentan depresi itu bisa jadi memang mungkin dari dirinya sendiri ya. Yang mungkin belum sempurna ibadahnya atau belum khushyuk. atau jika perlu ya dibarangi dengan konsultasi ke ahlinya

dalam hal ini ahli psikologi berarti konsep-konsep ajaran Islam ini cukup menjadi solusi lah untuk mengatasi kesulitan emosional

9. Apakah anda merasa bahwa aspek-aspek ajaran islam bisa menjadi solusi bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan emosional atau mental?

Seperti pernyataan saya dipernyataan sebelumnya bahwa konsep-konsep ajaran Islam ini cukup menjadi solusi lah untuk mengatasi kesulitan emosional.

10. Apa pendapat anda tentang fenomena bunuh diri yang melibatkan mahasiswa di yogyakarta? Apa yang menurut anda bisa menjadi penyebab utama terjadinya hal tersebut?

Biasanya itu, penyebab utamanya adalah, yang pertama, kalau mahasiswa ya, karena masih anak muda itu biasanya karena percintaannya. Yang kedua, mungkin karena latar belakang keluarga yang terlalu menekan atau menuntut.

11. Apakah menurut anda mahasiswa yang mengalami depresi atau stress lebih rentan terhadap pikiran bunuh diri? Mengapa?

kalau menurut saya ya mungkin barangkali secara tidak sadar ya dia melakukan hal itu. Karena sudah saking depresinya tertekan stres sehingga dia mencoba mencari pelampiasan sehingga sampai tidak sadar mungkin melukai dirinya sendiri.

12. Dalam pandangan anda sebagai mahasiswa, bagaimana cara ajaran islam disampaikan oleh tokoh agama agar bisa memberikan panduan untuk mencegah atau mengatasi rasa perasaan putus asa yang dapat berujung pada tindakan bunuh diri?

Kalau menurut Buya Yahya Beliau ulama dari Ceribon itu Menyarankan kepada orang-orang yang Mengalami depresi Mengalami depresi itu sebaiknya Ditemani Menghadap kepada ahli psikologi. Kemudian juga Sunan Bonang itu mengatakan bahwa tombu hati, obat hati itu ada lima. Yang pertama membaca Al-Quran beserta maknanya. Kemudian yang kedua di sholat bersama'ah. Ya, kumpul orang soleh. ngulang-ngulang soleh kemudian berpuasa dan berdzikir.

13. Apa yang sudah dilakukan oleh kampus dalam mendukung kesehatan mental mahasiswanya?

Saya tidak tahu setiap pampus Atau tidak, Yang saya alami Di prodis saya itu Setiap mahasiswa itu didampingi oleh DPA Dosen Pemimpin DPA dalam hal ini itu perannya. Seperti orang tua tapi di Dalam lingkup kampus Kalau menurut saya itu Sehingga mahasiswa boleh Misalkan ada Kemasalahan bisa disampaikan kepada DPA.

14. Apa pendapat anda tentang pentingnya menyediakan layanan konseling atau psikologis dikampus untuk mahasiswa yang membutuhkan?

Sangat penting karena dapat membantu mahasiswa yang memiliki berbagai masalah ketika sedang kuliah dan diharapkan mampu meringankan masalah yang dihadapi mahasiswa.

Wawancara 7

Hari/tgl : Minggu, 16 Februari 2025

Jam : 19.47 WIB

Tempat : Zoom Meeting

Narasumber : RW

Status : Mahasiswa

1. Sebagai seorang mahasiswa bagaimana definisi kesehatan mental menurut anda?

dimana keadaan seseorang, jadi kalau misalkan seseorang itu dalam kondisi yang baik berarti kesehatan mentalnya juga ikut baik tapi jika seseorang itu dalam keadaan yang terburuk, misalnya lagi sedih atau galau atau mungkin ditinggal oleh orang yang disayang itu mungkin bisa dikatakan kesehatan mentalnya itu buruk itu sih yang saya tahu jadi dimana kondisi dari seseorang itu atau dari orang tersebut tuh kondisinya itu kondisinya itu kayak vibesnya tuh baik atau buruk itu adalah kesehatan mental.

2. Darimana anda memperoleh pengetahuan tentang kesehatan mental?

Kalau saya sendiri sih, tahu kesehatan mental itu ya baca-baca sih. Kadang baca-baca di artikel, kadang baca-baca juga di Instagram, TikTok itu juga baca-baca. Terus juga juga apa ya, dari berbagai sumber banyak lah

3. Apakah menurut anda mahasiswa di yogyakarta ini memahami dan memperhatikan kesehatan mental mereka?

Kalau saya sih Kurang tau ya, saya kurang Memahami kesehatan mental dari Teman-teman saya ya Kalau Ada beberapa teman-teman saya yang saya Lihat, mungkin mereka Kadang memperlihatkan kesehatan mentalnya Kadang baik, kadang Enggak gitu gitu dan mereka juga sedang tiba-tiba juga cerita ke saya kalau misalkan lagi ada apa pasti cerita saya tahu kondisinya seperti itu tapi saya kayak bukan orang yang memperhatikan itu kayaknya orang-orang lagi gitu deh enggak tapi kadang ada kalau misalkan saya saya tahu tentang kesehatan mentalnya pasti karena dia sendiri gitu kalau bukan apa ya ya saya enggak jadi saya lihat orang itu kayak apa sih itu bukan memperhatikan mentalnya tapi saya memperhatikan karena tingkahnya dia yang sangat menyebalkan jadi saya seperti ini kalau untuk memperhatikan kesehatan mental saya enggak terlalu tapi kadang ada yang cerita ke saya jadi saya tahu bahwa dia itu sedang tidak baik-baik saja.

4. Apakah anda pernah merasakan atau melihat teman yang mengalami kesehatan mental? Bagaimana sikap anda terhadap orang tersebut?

Pernah saya ada satu teman SMP saya, dia itu mohon maaf emang kayak anak broken home tapi alhamdulillah dia itu bukan kuat untuk menghadapi itu semua gitu loh, dia anak broken home. saya kuat untuk menghadapi itu semua gitu loh dianak dan dia selalu cerita ke saya setiap hari ya hampir telepon suruh bahan tentang vn kadang ke saya apa ya jadi dia tuh bener-bener kayak keadaannya tuh berperkah adanya tuh kayak buruk banget lah dari kisah cintanya

keluarganya dan sebagainya itu dia tuh kayak menghadapi semua maksa itu apalagi dia juga dibadanya tuh ada kondisi sakit juga jadi saya tuh melihat dia tuh kayak bener-bener kasihan pengen nolong tapi juga saya bingung mau gimana jadi tolongan saya sendiri tuh ya mendengarkan ceritanya jadi itu salah satu apa ya salah satu hal yang saya alami melihat kondisi mental teman saya seperti itu cuman satu itu menurut saya dari SMP ada yang kayak gitu, kejadian mentalnya memang terganggu cuman apa ya dia tuh Alhamdulillah enggak melakukan hal-hal yang buruk ya mungkin cuman butuh teman cerita aja habis itu udah gitu itu salah satu hal yang saya alami melihat teman saya mempunyai kesehatan mental tapi sejauh ini dia sudah lebih baik daripada sebelum-sebelumnya berarti sikap Mas Rifqi ketika ada teman yang memiliki kesehatan mentalnya terganggu lebih ke menemani ya mendengarkan keluh kesahnya gitu

5. Apa yang menurut anda paling menantang atau berat bagi mahasiswa dalam menjaga kesehatan mental mereka selama kuliah?

Selama kuliah hal yang paling berat dalam menjaga kesehatan mental ya kalau saya sendiri sih tidak tergoyah dengan apa ya orang lain kayak misalkan kemarin banyak teman-teman yang udah berdiri dan itu kasus mengu mental ya jangan sampai goyah ya ya udahlah yang penting bisa selesai dengan cara kau sendiri itu begitu sih lebih menguatkan diri sendiri untuk tidak goyah seperti itu pasti seperti itu Oh ya berarti ya intinya hal-hal yang berbaur pendidikan, studi itu lumayan ini ya, melihat teman yang sudah selangkah lebih maju dari kita, kitanya masih kadang sudah berusaha tapi kok tidak kejar gitu, lebih ke nerima gitu lah ya. Menerima dengan lemah dada, itu yang pertama ya dari studi, yang

kedua untuk di lingkungan sekitar, dan yang kedua ini emang banyak dari saudara-saudaraku yang sering bilang kalau misalkan eh kok kamu gendutan sih coba pun dan itu juga agak sedikit mengu mental cuman ya sekarang ini lagi berusaha untuk lebih menjaga pola makan biar apa ya nggak terlalu dibilang kayak gitu lagi nantinya dia berdua gitu lah apa yang rasain secure aja gitu-gitu dua itu sih yang sangat mengganggu.

6. Menurut anda apakah ada stigma atau pandangan negatif terhadap seseorang yang mengakui kesehatan mental? Apakah stigma tersebut mempengaruhi cara seseorang menangani masalah kesehatan mental mereka

Oh enggak sih segini mana-mana dan dia tuh memang tipe orang yang cuman ke satu orang, contoh Kak Kuto gitu jadi dia gak cerita ke semuanya dia cerita cuman dia gak cerita sampai yang semua cerita, kalo dia bercerita semua karena emang udah dari SMP ya jadinya udah kenal lama tapi kalau kayak yang lain dia cuman cerita ya sudah cerita aja gitu jadi secara ini temen kurang itu ya temen kurangnya juga banyak kok. Kalo dengan adanya stigma negatif itu teman-teman gue, dia tuh sangat insecure. Jadi bukan temannya yang menjauh, tapi dianya juga ikut menjauh gitu. Karena merasa insikurnya dia itu yang bener-bener kuat gitu jadi dia tuh insecure sama temen-temennya yang kayak temennya tuh lebih dari dia padahal dia juga pinter banget tapi dia tuh ngerasa kayak dia tuh nggak pinter gitu jadi emang kadang ada temen yang pengen deket tapi dia insecure tapi juga ada dia pernah cerita kadang ada temen yang emang apa ya ke dia tuh deket tapi akhir-akhirnya ya ternyata apa ya ada maksud lain

begitu bukan cuma ada maksud lain dia juga mentalnya dia agak sedikit terganggu.

7. Sebagai seorang mahasiswa bagaimana pandangan anda mengenai hubungan antara ajaran islam dan kesehatan mental? Apakah anda merasakan bahwa islam mengajarkan cara-cara untuk menjaga kesehatan mental?

menurut saya sih sudah ya apa ya Islam sudah menurut saya sudah mengajarkan tapi saya enggak tahu banget apa yang diajarkan cuman di dalam Islam kan ada diajarkan kalau misalkan kita mau beribadah ya kita jangan terganggu mental kita masih jangan sampai gitu karena kan salah satu syarat ibadah enggak boleh gila ya maksudnya enggak boleh jadi orang gila kita bisa fokus itu salah satu kayak islam mengajarkan bahwa kalau kamu masih percaya Allah ya kamu jangan apa ya jangan menjadi orang gila kau percaya bahwa Allah akan menolong semua permasalahanmu biar kamu bisa sembuh dari permasalahanmu gitu bersuka dari kesehatan mental lu percaya sama Allah itu yang aku belajar isi karena Islam mengajarkan bahwa apa ya terus beribadah terus karena kau punya Allah bisa menceritakan semoga kepada Allah biar kamu merasa tenang.

8. Dalam pengalaman sebagai mahasiswa, apakah ajaran islam (seperti doa, dzikir, shalat atau konsep sabar) membantu mahasiswa mengatasi stres atau masalah emosional yang mereka alami?

Sudah cukup membantu, gitu saya ketahui seperti itu berarti seperti doa-doa dzikir shalat gitu-gitu cukup membantu seseorang untuk mengatasi stresnya,

saya juga pernah mengalami gitu sih maksudnya pernah saya di titik stres misalnya saya coba baca Al-Quran, dzikir, selamatan itu menenangkan hati banget, kembali ke diri kita masing-masing sih jadi saya tidak bisa membicarakan kayak harus kayak gini nggak bisa ya itu kembali ke diri kita bagaimana kita harus menyikapi ada di keadaan seperti itu berarti semua itu kembali ke diri mereka masing-masing ya.

9. Apakah anda merasa bahwa aspek-aspek ajaran islam bisa menjadi solusi bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan emosional atau mental?

aspek-aspek ajaran Islam itu sudah cukup menjadi solusi la ya masih untuk mengalami apa mahasiswa yang sedang mengalami stres gitu sudah kok sudah karena yang saya lihat di beberapa contoh kayak kakak saya terus ada kaki juga banyak dari mereka yang benar-benar apa ya sering kalau pengen cepet selesai inicepet selesai gitu kan kemarin juga sempat waktu itu ujian kelulusan apoteka juga sempet-sempet gagal dan itu juga membuat sedikit sedikit stress tapi ya dia sering sholat dzikir Alhamdulillah bisa lulus juga jadi begitu sih jadi memang nunggu waktu aja tapi emang harus banyak-banyak sabar.

10. Apa pendapat anda tentang fenomena bunuh diri yang melibatkan mahasiswa di Yogyakarta? Apa yang menurut anda bisa menjadi penyebab utama terjadinya hal tersebut?

Kalau menurut pandanganku ya orang atau mahasiswa yang bunuh diri itu karena emang dia sudah sampai karena kemarin baru ada alumni dari SMA aku emang aku ada dunia berdiri karena emang sangat besar gitu dari masa telah keluarga terus ada katanya pinjol juga yang membuat dia tuh kayak ngerah

bukan pijol judi online sesuatu yang udah berat banget sampai ada yang n dengan kuat eritem untuk bunuh diri karena itu demi gerak bisa menyelesaikan masalah tapi kan itu bukan suatu penyesal penyelesaian ya cuman memang karena kita mencoba lagi kesehatan mental orang-orang beda-beda gak semua orang bisa kuat dengan itu begitu tapi ya dan juga support dari orang sekitar juga sih karena kalau misalkan dari orang sekitar bisa support pasti juga en nggak akan melakukan hal seperti itu gitu jadi emang apa ya kesehatan mental juga sangat berpengaruh juga ke sekitar orang biar orang tersebut tidak melakukan bunuh diri tapi kembali lagi ke orangnya karena orang tersebut mungkin nggak mau cerita ke orang ya jadinya ya udah dimencangkan untuk untuk bunuh diri saja biar bedah biar masalahnya saja padahal itu nggak menyelesaikan masalah juga. Jadi menurutku ya kalau pada waktunya tentang bunuh diri mahasiswa ya ada dua opsi bagaimana orang tersebut yang bunuh diri itu bisa mengatasinya dan bagaimana orang sekitar itu melihatnya. Sekarang ya mendukung biar dia membangun bunuh diri. Jadi ya emang harus saling support aja dua-duanya. Tapi ya bingung juga kalau misalnya ada orang bunuh diri tiba-tiba sini bunuh diri langsung balap kita kaget ya nggak tahu apa-apa ya juga kamu cerita gitu ya benar memang kalau nggak harus dipancing ya harus dari dirinya sendiri

11. Apakah menurut anda mahasiswa yang mengalami depresi atau stress lebih rentan terhadap pikiran bunuh diri? Mengapa?

ada beberapa yang Iya tapi ada beberapa yang juga yang juga yang enggak ya enggak ada beberapa yang enggak tapi ada yang enggak kayak itu yang tadi

ASMP itu kayak apa ya gitu emang mengalami permasalahan yang berat banget tapi aku selalu ngingetin, jangan saya bunuh diri ya. Enggak lah ngapain bunuh diri, aku masih pengen cerita-ceritaku gitu. Kayaknya motivasi sendiri kayak gitu. Tapi kadang mungkin ada yang kayak udah capek banget, akhirnya yaudahlah bunuh diri ya gitu.

12. Dalam pandangan anda sebagai mahasiswa, bagaimana cara ajaran islam disampaikan oleh tokoh agama agar bisa memberikan panduan untuk mencegah atau mengatasi rasa perasaan putus asa yang dapat berujung pada tindakan bunuh diri?

susah ya kalau misalkan ada tokoh Islam yang membuat kayak pengen mengajarkan gitu tuh agak susah karena anak-anak orang-orang semestinya zaman sekarang itu eh apa ya kayak nggak terlalu percaya dengan hal-hal apa misalkan berdoa nanti dapat itu susah gitu agak kurang kurang mau seperti itu orangnya semangat begitu berarti ya semuanya berawal dari diri sendiri lah ya Mas ibaratnya kalau diomongin terus kalau dia nggak mau gitu kan Karena kadang juga aku kayak gitu kok Kadang aku yang Misalkan Lagi di titik kayak Ya Allah kok gak Kadang aku juga gitu kok Jadi emang Diri kitanya sendiri aja mau gimana.

13. Apa yang sudah dilakukan oleh kampus dalam mendukung kesehatan mental mahasiswanya?

setauku ya, misalnya dari Prodi pai kayak Prodi pai itu menolong banget gitu, menolong siswanya menolong mahasiswanya itu kayak untuk bisa membuat baik-baik gitu, contoh kayak kemarin waktu ada beberapa kasus kayak misalkan

mahasiswa yang belum mampu untuk membayar gitu karena pasti ada yang kepikiran gitu kan beruang nanti dari Pai pasti akan memberikan solusi itu jadi apa yang sering dari dari dosen-dosen memberikan solusi-solusi-solusi gitu lah itu kayak membaru waktu PPL gitu juga banyak kan apa saya daun soal apa ada masalah lho kevelah ke dari dosen juga sering memberikan solusi ke apa ya walaupun sedikit mungkin sedikit itu ya sedikit agak apa ya terlambat terlalu tugas dosen juga enggak cuman itu kan banyak kan tapi dari dosen dan dari dosen tuh kayak sering memberikan solusi sering memberikan kayak diarahkan seperti ini agar apa ya kita bisa menangani masalah tersebut biar apa ya tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan gitu gitu karena setelah punya dosen PA itu emang sangat terbuka gitu Padahal ya aku juga sama dosen-dosen PAI dan mereka kayak welcome, mau menanggapi gitu, walaupun ya mungkin sedikit lama membalasnya tapi it's okay.

14. Apa pendapat anda tentang pentingnya menyediakan layanan konseling atau psikologis dikampus untuk mahasiswa yang membutuhkan?

Penting, karena kalau dari SD sampai SMA kan belum terlalu banyak permasalahan yang serius gitu kan. Kalau menuju ke kuliah itu memang banyak permasalahan yang serius kayak contoh kuliahnya, kalau saya kok berat-berat ya buku kuliahnya nggak bisa kayak gini tuh salah satu untuk pakai biar kita bisa dibantu gitu loh nyelesaikan masalah yang kita hadapi misalkan ada anak yang nilainya turun kita bisa cerita ke dosen kayak ini gimana ya biar aku bisa apa ya biar aku bisa nilainya naik gitu kan bisa dibantu makanya kan ada dosen akademik.

Wawancara 8

Hari/tgl : Minggu, 16 Februari 2025

Jam : 20.38 WIB

Tempat : Zoom Meeting

Narasumber : AWL

Status : Mahasiswi

1. Sebagai seorang mahasiswa bagaimana definisi kesehatan mental menurut anda?

menurut saya kesehatan mental itu dapat didefinisikan sebagai kondisi di mana seseorang mampu mengelola keadaan psikisnya seperti stres, terus menjaga keseimbangan emosional dan tetap produktif terus dalam menjalani kehidupan sehari-hari gitu

2. Darimana anda memperoleh pengetahuan tentang kesehatan mental?

saya dapat informasi itu dari media sosial

3. Apakah menurut anda mahasiswa di yogyakarta ini memahami dan memperhatikan kesehatan mental mereka?

Kalau menurut saya itu Kesadaran mahasiswa di Jogja itu Bervariasi sih Mbak, tergantung Mahasiswanya sendiri Ada beberapa mahasiswa yang sudah cukup Untuk memahami dan peduli Terhadap kesehatan mental mereka Namun ada juga yang masih Masa bodoh gitu Mengabaikan kesehatan mental.

4. Apakah anda pernah merasakan atau melihat teman yang mengalami kesehatan mental? Bagaimana sikap anda terhadap orang tersebut?

Kalau menurut saya, pernah melihat teman saya Mbak yang mungkin bisa dikatakan kesehatan mentalnya itu terganggu. karena ya beliau mengalami tantangan dalam kesehatan mentalnya jadi dia tidak bisa mengelola emosionalnya mengelola stressnya jadi dia benar-benar apa terganggu kesehatan mentalnya begitu jadi sebelumnya Mbak Mbak Minda pernah ngelihat ya temennya kayak gitu mengalami kesehatan mentalnya terganggu

5. Apa yang menurut anda paling menantang atau berat bagi mahasiswa dalam menjaga kesehatan mental mereka selama kuliah?

Menurut saya, hal yang menantang untuk mahasiswa dalam menjaga kesehatan mentalnya itu manajemen waktu, Mbak. Dimana kita harus menyeimbangkan waktu kita waktu yang harus kita prioritaskan menjaga kuliah, organisasi, atau mungkin bisa dikerja part-time gitu dan kehidupan sosial kita.

6. Menurut anda apakah ada stigma atau pandangan negatif terhadap seseorang yang mengakui kesehatan mental? Apakah stigma tersebut mempengaruhi cara seseorang menangani masalah kesehatan mental mereka?

Kalau untuk teman saya sendiri itu bisa dikatakan dijauhi jadi gak ada yang peduli, mungkin yang peduli beberapa orang gitu, yang benar-benar bisa memahami keadaannya gitu, menurut saya dengan adanya stigma negatif seperti itu ada pengaruhnya karena mungkin dari pandangan negatif seseorang ke dia itu bisa jadi motivasi dia untuk semakin maju untuk menemukan cara-

cara yang dimana bisa mengatasi kesehatan mental dia begitu jadi dia termotivasi untuk bisa sembuh dari pandangan negatif orang-orang.

7. Sebagai seorang mahasiswa bagaimana pandangan anda mengenai hubungan antara ajaran islam dan kesehatan mental? Apakah anda merasakan bahwa islam mengajarkan cara-cara untuk menjaga kesehatan mental?

Ya menurut saya hubungan antara ajaran agama Islam dan kesehatan mental itu Salah saling berpengaruh atau mempunyai relevansi Karena Di dalam pelajaran Islam kita juga Kita mendapatkan Seperti Ada kajian atau Seminar Jadi kita bisa mengikutinya.kesehatan mental Saling berkaitan Satu sama lain karena Di ajaran Islam itu Juga diajarkan untuk menjaga kesehatan mental salah satunya ya memang kalau ajaran Islam itu kan kita benar-benar harus dari hati nurani kita sendiri yang terbuka sendiri itu kalau misalkan kita sudah mau tahu ini ajaran agama Islamnya seperti ini, tapi kita belum terbuka hatinya, jadikita masih terbawa terpengaruh dengan kondisi atau keadaan di luar, jadi ya memang itu kembali lagi ke diri kita tapi kalau kita berusaha itu pasti akan ada jalan keluarnya, ada hikmahnya gitu, misal kalau kita lagi down, terus ada seminar atau ada workshop tentang apa gitu yang sekiranya bisa membangkitkan motivasi kita itu itu bisa menjadi jalan kita untuk bisa lebih berkembang dan tidak mengalami kesehatan mental karena kita mendapatkan motivasi dalam diri kita.

- 8. Dalam pengalaman sebagai mahasiswa, apakah ajaran islam (seperti doa, dzikir, shalat atau konsep sabar) membantu mahasiswa mengatasi stres atau masalah emosional yang mereka alami?**

Menurut saya lah bisa memengaruhi mbak karena dengan kita melakukan sholat atau zikir atau beda lainnya itu kan otomatis kita mendapatkan ketenangan dalam hati kita, dalam diri kita jadi itu juga merupakan salah satu jalan alternatif untuk kita bisa tanggit lagi, untuk bisa kuat lagi untuk menghadapi apa masalah-masalah yang ada dalam kehidupan itu sehingga kita bisa mengontrol diri kita dengan kita rajin ibadah sholat zikir, namun tergantung ke orangnya lagi kembali ke orangnya lagi kita udah melakukan ibadah sholat kita tetep depresi dan dan lain sebagainya itu wajar menurut saya, karena namanya manusia juga pasti punya iman yang naik turun, ada kalanya depresi terus down gitu, tapi sekitar kita untuk mengolah diri kita manage diri kita dengan ibadah-ibadah tersebut gimana caranya kita saling keterkaitan.

- 9. Apakah anda merasa bahwa aspek-aspek ajaran islam bisa menjadi solusi bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan emosional atau mental?**

iya Mbak bisa menjadi solusi.

- 10. Apa pendapat anda tentang fenomena bunuh diri yang melibatkan mahasiswa di Yogyakarta? Apa yang menurut anda bisa menjadi penyebab utama terjadinya hal tersebut?**

penyebab utamanya salah satunya Iya kesehatan mental itu yang dimana kita mampu mengelola diri kita sendiri jadi kita terkemosi emosional gitu jadi kita udah enggak berpikir panjang kedepannya nanti gimana akhirnya dia

memutuskan dan memilih jalan yang singkat gitu alternatif untuk menghilangkan semua beban yang ada itu dia memilih untuk bunuh diri karena dia enggak maksudkan kedepannya nanti gimana terus padahal kan ada solusi yang bisa dicari untuk masalah yang dialami.

11. Apakah menurut anda mahasiswa yang mengalami depresi atau stress lebih rentan terhadap pikiran bunuh diri? Mengapa?

Menurut saya kebanyakan mahasiswa APPS itu memang rendah melakukan tindakan bunuh diri karena yang namanya mahasiswa ya mbak itu pasti kadang berpikirnya itu masih kayak gampang menyerah gitu, jadi dia enggak mencari dulu solusinya gitu, jadi dia udah menyerah dulu nih.

12. Dalam pandangan anda sebagai mahasiswa, bagaimana cara ajaran islam disampaikan oleh tokoh agama agar bisa memberikan panduan untuk mencegah atau mengatasi rasa perasaan putus asa yang dapat berujung pada tindakan bunuh diri?

kalau menurut saya salah satunya dengan cara ini Mbak dinasihati gitu terus dikasih motivasi intinya apa ya intens gitu nasibnya terus kayak memberikan apa ya nasehat secara pribadi bisa jadi begitu karena yang namanya orang depresi dan kesehatan mental itu kan pasti butuh apa ya ruang yang intens untuk dia benar-benar bisa apa mengendalikan mengandalkan dirinya gitu untuk bisa berpikir kedepannya berarti tokoh agamanya mencoba lebih dekat lagi dengan orang-orang yang mengalami masalah kesehatan mental gitu ya mbak ya Iya terus kalau menurut saya ini dengan diadainya taklim pndi ondi begitu jadi menurut saya itu sudah merupakan salah satu alternatif yang bisa dijadikan

untuk mahal menanggulangi masalah kesehatan mental dari mahasiswa-mahasiswanya berarti kayak rangkaian ondi.

13. Apa yang sudah dilakukan oleh kampus dalam mendukung kesehatan mental mahasiswanya?

DPA yang seperti orang tua sendiri dilingkungan kampus yang diharapkan mampu memberikan layanan konseling yang bisa diakses oleh mahasiswa ketika sedang memiliki masalah.

14. Apa pendapat anda tentang pentingnya menyediakan layanan konseling atau psikologis dikampus untuk mahasiswa yang membutuhkan?

sangat penting sekali Mbak karena dengan adanya layanan konseling yang menangani mahasiswa dan gangguan seperti itu bisa menjadi salah satu jalan yang bisa mewadahi mahasiswa untuk mendapatkan solusi dari diadakannya layanan konseling tersebut.

Lampiran 3

Dokumentasi Wawancara



