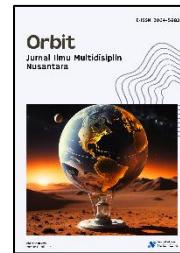




Orbit: Jurnal Ilmu Multidisiplin Nusantara

| ISSN (Online) [3064-5883](https://doi.org/10.63217/orbit.v1i4.154) |
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>
DOI: <https://doi.org/10.63217/orbit.v1i4.154>



Kenapa Bisa Sejauh Itu? Menelusuri Faktor-Faktor Bunuh Diri Pada Remaja: Literature Review

Mochamad Aqshal Sallim¹, Cindy Tiara Adinda², Wahyu Aulizalsini Alurmei³

¹Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jakarta, Indonesia, sallimaqshal@gmail.com

²Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jakarta, Indonesia, cindytia12345@gmail.com

³Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jakarta, Indonesia, wahyu.aulia@dsn.ubharajaya.ac.id

Corresponding Author: sallimaqshal@gmail.com¹

Abstract: This study investigates adolescent suicide factors, integrating psychological, familial, and social elements. A literature review of six journals on suicide risk on teenagers. Results indicate depression, anxiety, and stress significantly reinforce one another, leading youths to lose hope and see suicide as an escape; father absence, family discord, personality vulnerability, and social isolation deepen loneliness and lower self-esteem, increasing internet addiction and risk; low self-esteem correlates with suicidal thought intensity, while resilience acts as a protective factor that requires reinforcement through social support, emotional intelligence, and adaptive coping. The conclusion emphasizes a holistic approach to designing effective, empathetic prevention interventions.

Keyword: Mental Health, Suicidal, Teenagers

Abstrak: Penelitian ini menelusuri faktor bunuh diri pada remaja dengan tujuan mengintegrasikan psikologis, keluarga, dan sosial. Metode kajian literatur enam jurnal terkait risiko bunuh diri pada usia remaja. Hasil menunjukkan depresi, kecemasan, stres saling memperkuat sehingga remaja kehilangan harapan dan menganggap bunuh diri pelarian; ketidakhadiran figur ayah, disharmoni keluarga, kerentanan kepribadian, isolasi sosial memperdalam kesepian dan menurunkan harga diri, meningkatkan kecanduan internet dan risiko; rendahnya harga diri berkorelasi dengan intensitas pikiran mengakhiri hidup, sedangkan resiliensi berfungsi sebagai pelindung yang harus diperkuat melalui dukungan sosial, kecerdasan emosional, dan coping adaptif. Simpulan menekankan pendekatan holistik untuk merancang intervensi pencegahan efektif dan empatik.

Keyword: Kesehatan Mental, Bunuh Diri, Remaja

PENDAHULUAN

Seseorang yang sedang berada dalam fase transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa disebut sebagai remaja, dimana pada masa ini individu mengalami berbagai perubahan yang mempengaruhi aspek fisik, mental, emosional, serta pada interaksi sosial mereka. Masa remaja menurut WHO adalah berada pada rentang usia antara 10-19 tahun. Menurut Ahmadi (2011) dalam Susanti et al., (2018) masa remaja adalah masa yang sedang melakukan penyesuaian yang sering disebut sebagai masa strom and stress, istilah yang mengacu pada masa remaja, dimana pada saat itu remaja sedang berusaha menemukan siapa diri mereka atau identitas dirinya. Sehingga, remaja lebih rentan terhadap berbagai masalah yang dapat memicu kesehatan mental, ketidakstabilan emosi dan bahkan munculnya pikiran untuk menyakiti diri sendiri atau melakukan tindakan bunuh diri. Bunuh diri didefinisikan sebagai tindakan yang disengaja untuk mengakhiri hidupnya sendiri. Astriani & Dewi, (2024) menyatakan bahwa bunuh diri merupakan masalah yang besar bagi kesehatan masyarakat yang signifikan diseluruh dunia, karena mengakibatkan kematian dini, morbiditas, dan kehilangan produktivitas. Kemudian bunuh diri merupakan peristiwa yang sangat menyedihkan bagi keluarga, sahabat, dan kerabat terdekatnya. Selain menjadi kehilangan yang mendalam, bunuh diri juga mencerminkan adanya masalah psikologis serius yang sering kali tidak diperhatikan dengan cukup baik.

Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO), setiap tahun sekitar 720.000 orang meninggal akibat bunuh diri, dengan jumlah tertinggi terjadi pada remaja hingga dewasa dengan rentang usia 15-29 tahun. Di Indonesia, peristiwa bunuh diri terus meningkat. Tercatat lebih dari 640 kasus pada tahun 2020, kemudian sedikit menurun menjadi 629 kasus ditahun 2021, namun melonjak tajam pada 2022 dengan 887 kasus, dan mencapai 1.288 kasus pada 2023. Hingga Oktober 2024, jumlah kasus bunuh diri di Indonesia telah mencapai 1.023 kasus. Peristiwa bunuh diri juga terjadi disepanjang tahun 2025, seorang remaja laki-laki yang berusia 14 mengakhiri hidupnya dengan melompat dari ketinggian di kawasan Lotte Avenue, Jakarta Selatan, pada 22 mei 2025. Kemudian seorang remaja berusia 14 tahun menghilangkan nyawanya dengan menggantungkan diri di pohon kemiri pada 29 maret 2025 di Nusa Tenggara Timur.

Mengingat bertambahnya angka kasus bunuh diri di kalangan remaja, sangat penting untuk kita semua memahami apa saja faktor-faktor yang berperan pada masalah kesehatan mental ini. Remaja berada pada masa transisi yang sedang terjadi banyak perubahan seperti fisik, mental, emosional, dan sosial yang dapat memberikan tekanan dalam hidup remaja itu sendiri. Berbagai faktor, baik internal maupun eksternal, dapat mempengaruhi kesejahteraan mental remaja, dan sering kali menjadi pemicu memperburuk keadaan mental mereka, yang akhirnya dapat meningkatkan risiko tindakan bunuh diri.

Jatmiko (2021) dalam Pradipta & Valentina, (2024) menemukan bahwa faktor psikologis menjadi salah satu faktor utama yang berperan utama bagi tindakan bunuh diri pada remaja, di mana depresi merupakan yang paling umum, diikuti oleh berbagai gangguan kesehatan mental lainnya seperti ansietas, stres, depresi, putus asa, gangguan tidur, pengalaman percobaan bunuh diri. Selanjutnya berdasarkan penelitian yang dibahas dalam Hasanudin et al., (2023) faktor keluarga disebutkan sebagai faktor yang berperan dalam tindakan bunuh diri, meliputi konflik atau ketidakharmonisan dalam keluarga, seperti pertengkaran, pengabaian, kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), perceraian, dan masalah ekonomi, dapat memperburuk kondisi mental seseorang dan meningkatkan kerentanannya terhadap ide bunuh diri. Selain faktor psikologis dan keluarga, beberapa penelitian juga menyebutkan bahwa faktor sosial dan stres akademik dapat menjadi faktor yang berperan dalam tindakan bunuh diri pada remaja. Stres akademik yang tinggi, terutama yang berkaitan dengan tuntutan orang tua dan pendidikan yang tidak seimbang, yang akhirnya dapat meningkatkan kecemasan dan tekanan mental pada remaja. Selain itu, masalah sosial seperti perundungan (bullying) atau isolasi sosial dapat memperburuk kondisi emosional dan menyebabkan rasa tidak berdaya yang berhubungan dengan ide bunuh diri.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menelusuri dan mengintegrasikan berbagai faktor penyebab dan risiko bunuh diri pada remaja, dengan merujuk pada enam jurnal yang relevan. Penelitian ini akan

mengulas faktor psikologis, keluarga, sosial, dan stres akademik yang dapat mempengaruhi kesehatan mental remaja di indonesia dan meningkatkan risiko tindakan atau ide bunuh diri. Sehingga penelitian ini dapat memberikan landasan ilmiah bagi upaya pencegahan terpadu.

METODE

Metode yang digunakan dalam membuat artikel ini adalah studi literatur (literature review), dengan menelusuri sejumlah penelitian sebelumnya yang memiliki keterkaitan topik faktor-faktor penyebab adanya resiko dan fenomena bunuh diri pada remaja, dengan kata kunci “Faktor penyebab bunuh diri pada remaja” “Ide bunuh diri pada remaja” studi dengan populasi utama remaja, publikasi dalam kurun waktu 2020-2025 dan sumber yang tersedia dalam akses penuh (full-text).

Menurut Sukaesih dan Winoto (2020), literature review merupakan aktivitas menelusuri dan mengumpulkan berbagai sumber informasi tertulis seperti buku, jurnal, arsip, majalah, maupun dokumen lain, yang memiliki kaitan langsung dengan topik permasalahan yang sedang diteliti. Proses pengumpulan data dilakukan melalui platform Google Scholar, Google (melalui tautan ke jurnal terindeks), www.lens.org, sementara aplikasi Mendeley sebagai alat bantu untuk manajemen referensi dan sitasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

No	Judul	Nama Peneliti	Metode	Kesimpulan
1.	Faktor Psikologi Sebagai Risiko Utama Ide Bunuh Diri pada Remaja di Kota Rengat Kabupaten Indragiri Hulu.	Aulia et al., (2020)	Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasi, pendekatan crosssection. Mengambil sampel sebanyak 365 remaja dengan proposisional random sampling, data dikumpulkan menggunakan instrumen pengkajian Depression, Anxiety, and Stress Scale dan kuesioner yang mengkaji keinginan bunuh diri. Analisis dilakukan dengan menggunakan uji regresi logistik.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar (66,3%) remaja memiliki ide bunuh diri yang tinggi. Dan disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara faktor psikologis dengan ide bunuh diri.
2.	Pola Hubungan Dampak Fatherless terhadap Kecanduan Internet, Kecenderungan Bunuh Diri dan Kesulitan Belajar Siswa SMAN ABC Jakarta.	Wibiharto et al., (2021)	Penelitian ini menggunakan Partial Least Square, mengambil sampel dari siswa kelas 10 dan kelas 11 SMAN ABC Jakarta. Variabel yang dianalisis antara lain: <i>fatherless</i> , kesepian, keterbukaan, depresi, kontrol diri, harga diri, kecanduan internet, kesulitan dan pikiran bunuh diri.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa <i>fatherless</i> berpengaruh signifikan terhadap depresi, yang kemudian menjadi faktor utama yang meningkatkan kecenderungan bunuh diri pada siswa SMAN ABC Jakarta
3.	Faktor Penyebab Kecenderungan Bunuh Diri Dikalangan Remaja Toraja	Kusuma et al., (2022)	Penelitian menggunakan metode penelitian kuantitatif, pendekatan cross sectional. Mengambil sampel dari remaja di Gita Sahabat Gereja Toraja dengan 35 responden menggunakan teknik non probability	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat faktor seperti faktor disharmonis keluarga, faktor kepribadian dan

			sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner, pengukuran dan analisis dengan uji chi square	isolasi sosial yang berhubungan dengan kecenderungan untuk bunuh diri pada kalangan remaja Toraja
4.	Gambaran Ide Bunuh Diri pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua.	Zuhra et al., (2023)	Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Pengambilan data menggunakan teknik wawancara, dengan jumlah partisipan 3 (tiga) remaja yang menjadi korban perceraian orang tua	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga remaja tersebut mengalami ide bunuh diri yang dipicu oleh stres emosional dan ketidakstabilan yang diakibatkan oleh perceraian orang tua mereka.
5.	Hubungan Tingkat Resiliensi dengan Ide Bunuh Diri pada Remaja di SMK Muhammadiyah Kartasura	Putri Oktaviana, (2024)	Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain Cross Sectional, mengambil sampel dari kelas 10 SMK Muhammadiyah Kartasura dengan 101 responden. Pengambilan data dengan kuesioner data demografi Growth-Focused Resilience Scale (G-FRS), dan Revised Suide Iedation Scale (R-SIS).	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat resiliensi dengan ide bunuh diri pada remaja di SMK Muhammadiyah Kartasura dengan tingkat resiliensi rendah dan sedang
6.	Hubungan Self Esteem Dengan Ide Bunuh Diri Pada Remaja.	Wahyuni et al., (2025)	Penelitian menggunakan pendekatan cross-sectional, mengambil sampel sebanyak 98 siswa X, XI, dan XII SMK Siti Khodijah Gulbung Pengarengan, dengan teknik cluster random sampling. Menggunakan instrumen The Suicide Behaviors Questionnaire-Revised (SBQ-R) yang digunakan untuk mengevaluasi ide bunuh diri pada anak dan remaja berusia 13 hingga 18 tahun	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara self esteem dengan ide bunuh diri pada remaja Sekolah Menengah Atas. Semakin negatif harga diri yang dialami maka semakin tinggi pula risiko untuk memikirkan ide bunuh diri.

Sumber: Penelitian terdahulu

Pembahasan

A. Faktor Penyebab

1. Faktor Psikologis

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Aulia et al., (2020) menegaskan bahwa faktor psikologis khususnya depresi, kecemasan, dan stres merupakan faktor dominan yang meningkatkan risiko munculnya ide bunuh diri pada remaja. Ketiga kondisi ini tidak berdiri sendiri, melainkan saling berkaitan yang membuat remaja menjadi lebih rentan terhadap pikiran untuk mengakhiri hidupnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja yang memiliki skor depresi tinggi hampir dua kali lebih

besar kemungkinannya untuk memiliki ide bunuh diri. Nilai odds ratio (OR) sebesar 2,073 pada analisis bivariat menunjukkan seberapa besar kuatnya pengaruh depresi terhadap pikiran bunuh diri. Beberapa responden mengatakan bahwa ketika mereka merasa semua usahanya gagal atau tidak dihargai, mereka akan memunculkan perasaan tak berdaya yang membuat mereka memandang bunuh diri sebagai “jalan keluar” untuk mengakhiri beban emosional yang dirasakannya. Depresi memunculkan perasaan hopelessness atau putus asa yang mendalam. Tingkat harapan (hope) yang sangat rendah berkorelasi kuat dengan ide bunuh diri, sedangkan hopelessness memperbesar kecenderungan seseorang untuk menyerah pada pikiran tersebut. Pada remaja yang mengalami depresi, ketidakmampuan mengelola frustrasi dan kesedihan yang terus menerus menimbulkan persepsi bahwa kondisi emosionalnya tidak akan pernah membaik. Pada akhirnya, mereka menganggap bahwa mengakhiri hidup menjadi satu satunya cara untuk mengakhiri penderitaan mereka.

Kemudian dalam penelitian ini menjelaskan bahwa kecemasan juga menjadi faktor psikologis yang berperan dalam munculnya ide bunuh diri pada remaja. Kecemasan (ansietas) pada remaja ditandai oleh rasa khawatir berlebihan, misalnya mengenai kinerja akademik, tekanan teman sebaya, atau konflik keluarga. Dalam penelitian, remaja yang menunjukkan tingkat kecemasan tinggi cenderung melaporkan frekuensi ide bunuh diri lebih besar dibanding mereka dengan kecemasan rendah. Kecemasan berkepanjangan memicu “stresor internal” berupa pikiran negatif yang terus menerus berulang (ruminasi). Misalnya, seorang remaja mungkin kerap berpikir, “Saya tidak akan cukup baik di mata orang tua,” atau “Teman teman akan mengejek saya kalau saya gagal.” Jika pikiran-pikiran ini tidak dikelola dengan baik, remaja akan merasa terjebak dalam lingkaran kekhawatiran tanpa henti, lalu ide bunuh diri muncul sebagai cara untuk menghentikan rasa cemas yang sangat mengganggu. Selain itu, remaja umumnya belum sepenuhnya menguasai keterampilan pengaturan emosi. Saat kecemasan memuncak, mereka cenderung bertindak impulsif dan kesulitan meredam pikiran negatif, sehingga memberikan peluang besar bagi ide bunuh diri untuk mengambil peran. Jurnal ini juga menyoroti bahwa kecemasan kronis dapat berubah menjadi bentuk depresi yang lebih berat. Artinya, kecemasan yang tidak tertangani lama-kelamaan melemahkan harga diri dan keyakinan diri, akhirnya memicu munculnya gejala depresi yang pada gilirannya memperbesar kemungkinan pikiran bunuh diri.

Faktor stres juga dibahas dalam penelitian ini, stres menjadi pemicu yang menghubungkan kecemasan dan depresi. Stres pada remaja dapat berakar dari berbagai sumber, tekanan akademik ketika mereka merasa harus meraih nilai tinggi atau bersaing mendapatkan beasiswa, konflik dengan teman sebaya, seperti perundungan (bullying) atau perasaan diabaikan, serta dinamika keluarga seperti perselisihan orang tua, perceraihan, atau beban ekonomi yang membuat remaja merasa terbebani membantu kebutuhan keluarga. Ketika stres dibiarkan menumpuk tanpa saluran coping yang memadai, kemampuan remaja untuk memecahkan masalah atau mengambil keputusan sehat semakin berkurang. Banyak remaja yang merasa gagal di sekolah atau bingung harus curhat kepada siapa akhirnya memilih menutup diri. Dalam penelitian tersebut, remaja yang mengalami stres tinggi memiliki probabilitas ide bunuh diri lebih besar karena akumulasi perasaan gelisah dan frustrasi yang terus menerus. Tanpa intervensi, stres jangka panjang tersebut dapat berkembang menjadi kecemasan, lalu depresi berat, yang memunculkan pikiran bunuh diri.

Kemudian dalam penelitian yang dilakukan oleh Kusuma et al., (2022) menjelaskan faktor kepribadian juga memiliki hubungan yang signifikan dengan kecenderungan bunuh diri, dalam penelitian yang dilakukan oleh Destianty (2010) yang menunjukkan bahwa individu dengan kepribadian introvert memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk mengalami ideasi bunuh diri dibandingkan dengan mereka yang memiliki kepribadian ekstrovert. Kepribadian introvert cenderung mengarah pada pengendalian diri yang lebih dalam dan kecenderungan untuk memendam perasaan, yang jika tidak dihadapi dengan baik, dapat menyebabkan akumulasi stres emosional. Perasaan terisolasi dan kesulitan dalam berbagi masalah dengan orang lain, sering kali membuat

individu introvert lebih rentan terhadap perasaan putus asa dan akhirnya berpikir untuk mengakhiri hidup mereka.

Di lanjut dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Wahyuni et al., (2025) mengkaji keterkaitan antara harga diri (self-esteem) dengan munculnya ide bunuh diri di kalangan remaja. Studi ini menggarisbawahi bahwa remaja dengan harga diri negatif memiliki risiko jauh lebih tinggi untuk memunculkan ide bunuh diri dibandingkan dengan remaja yang memiliki harga diri positif. Penelitian dilakukan dengan pendekatan cross-sectional terhadap 98 siswa yang memenuhi kriteria inklusi, menggunakan instrumen Suicide Behaviors Questionnaire-Revised (SBQ-R) untuk mengevaluasi ide bunuh diri serta Rosenberg Self Esteem Scale (RSES) untuk mengukur tingkat harga diri. Remaja merupakan kelompok usia yang tengah berada dalam fase perkembangan transisi menuju kedewasaan, yang ditandai oleh perubahan besar secara fisik, psikologis, dan sosial. Perubahan ini kerap menimbulkan berbagai tantangan psikologis, salah satunya dalam hal pembentukan self esteem. Penelitian ini menyoroti bahwa pengalaman pelecehan dari teman sebaya, baik di lingkungan sekolah maupun rumah, sering menyebabkan harga diri yang negatif pada remaja, yang pada gilirannya mendorong munculnya ide bunuh diri sebagai respons maladaptif terhadap tekanan emosional.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa dengan harga diri negatif memiliki risiko 26,59 kali lebih besar untuk memunculkan ide bunuh diri dibandingkan siswa dengan harga diri positif, dengan nilai p-value sebesar 0,001 yang menunjukkan hubungan signifikan secara statistik. Temuan ini memperkuat hipotesis bahwa harga diri berperan sebagai faktor protektif terhadap ide bunuh diri. Self esteem yang tinggi memungkinkan remaja memiliki pandangan diri yang positif dan kemampuan yang lebih baik dalam mengelola stres serta tekanan sosial, sehingga mereka lebih resisten terhadap dorongan atau ide untuk mengakhiri hidup. Namun sebaliknya, remaja dengan harga diri rendah cenderung menginternalisasi kegagalan, penolakan sosial, dan konflik interpersonal sebagai bukti ketidakberhargaan diri. Penelitian ini mencatat bahwa harga diri rendah berasosiasi dengan meningkatnya perasaan malu, ketidakberdayaan, dan gangguan dalam peran sosial remaja. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa self esteem rendah menjadi prediktor signifikan untuk depresi, yang selanjutnya memperbesar kemungkinan ide bunuh diri.

Selain self-esteem, dalam penelitian yang dilakukan oleh Putri & Oktaviana, (2024) juga menjelaskan bahwa tingkat resiliensi yang sedang atau rendah memiliki risiko lebih tinggi untuk memunculkan ide bunuh diri dibandingkan dengan remaja yang memiliki resiliensi tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara tingkat resiliensi dengan ide bunuh diri pada remaja, dengan nilai p-value sebesar 0,035 (<0,05). Responden dengan tingkat resiliensi rendah dan sedang ditemukan memiliki ide bunuh diri yang serius, sedangkan tidak ditemukan ide bunuh diri pada responden dengan tingkat resiliensi tinggi. Koefisien korelasi negatif menunjukkan bahwa semakin rendah tingkat resiliensi, semakin besar kemungkinan munculnya ide bunuh diri.

Secara psikologis, resiliensi membantu remaja dalam mengelola emosi negatif, mengembangkan keterampilan coping, serta mencari solusi konstruktif terhadap tekanan hidup. Remaja dengan resiliensi rendah cenderung mengalami tingkat distress psikologis yang lebih tinggi, sehingga lebih rentan terhadap munculnya ide bunuh diri. Temuan ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa resiliensi berperan sebagai faktor protektif dalam menghadapi stres dan tekanan emosional. Selain itu, penelitian ini mencatat bahwa faktor eksternal seperti konflik keluarga, pengalaman traumatis, tekanan ekonomi, serta kurangnya akses terhadap layanan konseling turut memperkuat kaitan negatif antara tingkat resiliensi rendah dan munculnya ide bunuh diri. Pentingnya membangun jaringan dukungan sosial yang kuat dari keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sekolah juga menjadi perhatian utama dalam upaya meningkatkan resiliensi.

2. Faktor Sosial

Faktor sosial merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi munculnya ide bunuh diri pada remaja, hal ini dijelaskan berdasarkan dalam enam jurnal penelitian yang telah direview. Salah satu faktor sosial yang berkontribusi signifikan adalah isolasi sosial. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Kusuma et al., (2022), isolasi sosial ditemukan memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan kecenderungan bunuh diri ($p = 0,003$), di mana remaja yang merasa tidak diterima oleh lingkungan sekitar, baik oleh teman sebaya maupun komunitas, lebih rentan untuk memiliki pikiran untuk bunuh diri. Perasaan diasingkan, ditolak atau tidak diterima di lingkungan sosialnya dapat menghadirkan pikiran untuk mengakhiri hidup.

Kemudian faktor lain yang dijelaskan dalam Wibiharto et al., (2021) yaitu faktor kesepian yang merupakan dampak dari *fatherless*. Perasaan kesepian yang terjadi akibat tidak ada lagi kehadiran figur ayah yang membuat siswa untuk mencari pelarian melalui internet, kecanduan internet kemudian muncul karena faktor langsung dari kesepian dan depresi. Depresi yang dialami secara signifikan mendorong pemikiran untuk bunuh diri. Penelitian memberikan hasil bahwa dampak *fatherless* seperti kesepian terbukti berkontribusi signifikan terhadap kecenderungan untuk bunuh diri. Selanjutnya kesepian karena perceraian orang tua Zuhra et al., (2023) juga mendorong munculnya pemikiran bunuh diri. Partisipan dalam penelitian mengatakan bahwa setelah kehilangan keluarga yang stabil, mereka merasa tidak lagi memiliki dukungan sosial yang cukup untuk mengatasi tekanan emosional yang mereka alami

Selain itu, pengalaman bullying, baik secara langsung di lingkungan sekolah maupun melalui media sosial, menjadi faktor sosial yang semakin relevan di era digital saat ini. Penelitian Wahyuni et al., (2025) mengenai self-esteem dan Putri & Oktaviana, (2024) yang membahas sedikit bahwa bullying memiliki peran dalam menurunkan harga diri (self-esteem) dan resiliensi remaja, yang akhirnya menghadirkan pemikiran untuk bunuh diri. Pengalaman pelecehan verbal, pengucilan, atau perundungan di dunia nyata sering kali membuat remaja merasa terasing dari lingkungan sosialnya, sehingga memperkuat harga diri yang negatif dan keinginan untuk mengakhiri hidup sebagai pelarian dari penderitaan emosional tersebut.

3. Faktor Keluarga

Pada masa remaja, keluarga adalah fondasi utama pembentukan identitas, harga diri, dan strategi coping untuk menghadapi tekanan psikologis. Ketika struktur atau fungsi keluarga mengalami gangguan seperti ketiadaan figur ayah, konflik orang tua yang berkepanjangan, atau perceraian remaja rentan menginternalisasi stres tersebut hingga muncul pikiran untuk mengakhiri hidup. Salah satu dimensi yang paling sering dikaitkan dengan risiko bunuh diri adalah kondisi “*fatherless*” atau ketiadaan figur ayah dalam kehidupan sehari-hari. Wibiharto et al., (2021) menunjukkan bahwa anak tanpa kehadiran emosional dan fisik ayah cenderung mengalami kesepian yang mendalam, rendahnya harga diri, serta kesulitan mengendalikan emosi. Ketiadaan peran “*paternal engagement*” (interaksi langsung), “*aksesibilitas*” (ketersediaan emosional), dan “*tanggung jawab*” (pemenuhan kebutuhan dasar) membuat remaja kehilangan referensi dalam menghadapi konflik, sehingga menjadikan ide bunuh diri sebagai pelarian dari rasa tertekan (Wibiharto et al., 2021).

Kehadiran konflik orang tua yang berulang dan intens juga memicu gangguan psikologis yang serupa. Kusuma et al., (2022) mengamati remaja Toraja yang tumbuh di lingkungan keluarga disharmonis dengan frekuensi pertengkaran yang tinggi dan komunikasi antarpelaku yang minim menunjukkan prevalensi ide bunuh diri yang jauh lebih tinggi dibanding remaja di keluarga harmonis. Mereka menemukan bahwa disharmoni keluarga menghasilkan dua efek psikologis berlapis: pertama, perasaan tidak aman yang memicu kecemasan berlebih; kedua, penurunan harapan akan dukungan orang tua yang seharusnya menjadi pelindung utama (Kusuma et al., 2022). Dalam situasi ini, remaja kehilangan pola asuh yang terbuka dan suportif sehingga tidak memiliki tempat “berlabuh” untuk menyalurkan emosinya.

Perceraian orang tua memperuncing keretakan emosional tersebut. Zuhra et al., (2023) dalam studinya terhadap remaja korban perceraian menemukan bahwa keputusan bercerai menimbulkan kehampaan eksistensial: remaja merasa tidak lagi memiliki tujuan hidup, diiringi rasa putus asa yang menegaskan ide bunuh diri bukan sekadar pikiran sementara, tetapi sudah mengarah pada “active suicidal ideation” (mempersiapkan cara bunuh diri) atau “passive suicidal ideation” (memikirkan kematian sebagai pelipur lara). Mereka mencatat tiga responden yang setelah mendengar keputusan perceraian, langsung menyusun rencana bunuh diri mulai dari mengikuti tawuran hingga menyayat pergelangan tangan sebagai bentuk “penyelesaian” atas tekanan yang muncul karena kehilangan figur orang tua sekaligus hambatan komunikasi ketika orang tua masih tinggal bersama (Zuhra et al., 2023)

Di samping ketiadaan figur ayah dan konflik rumah tangga, gaya asuh yang otoriter atau permisif tanpa batasan juga dapat berkontribusi. Aulia et al., (2020) menegaskan bahwa “faktor psikologis” meliputi depresi, kecemasan, dan stres merupakan mediator dominan antara pola asuh keluarga dan ide bunuh diri. Remaja yang mendapatkan pengawasan berlebihan tanpa ruang berekspresi atau justru dibiarkan tanpa batasan struktur akan merasa tidak pernah “cukup baik” di mata orang tua, sehingga ketika menghadapi masalah mereka tidak memiliki confidence untuk mencari dukungan atau solusi alternatif. Kondisi seperti ini mengakumulasi beban psikologis yang memicu ide bunuh diri sebagai satu-satunya “jalan keluar” dari perasaan gagal dan tidak berdaya (Aulia et al., 2020).

Selain itu, perceraian seringkali disertai perubahan lingkungan ekonomi dan sosial keluarga dari kondisi mapan menjadi kesulitan finansial atau sebaliknya. Perubahan status ekonomi ini menambah beban kognitif dan emosional remaja yang berusaha menyesuaikan diri dengan norma sosial baru. Kusuma et al., (2022) mencatat bahwa remaja di keluarga yang mengalami penurunan pendapatan akibat perceraian juga rentan mengalami isolasi sosial karena tidak mampu mengikuti aktivitas teman sebayanya sehingga semakin menurunkan harga diri dan memupuk kecenderungan bunuh diri.

4. Faktor Stres Akademik

Sekolah adalah arena kedua setelah keluarga di mana remaja menghabiskan sebagian besar hidupnya. Idealnya, institusi pendidikan menyediakan tantangan intelektual dan dukungan sosial. Namun, ketika tuntutan akademik melampaui kemampuan coping remaja dengan beban tugas menumpuk, ujian kompetitif, dan tekanan ekspektasi orang tua stres akademik muncul sebagai faktor risiko kuat bagi ide bunuh diri.

Putri & Oktaviana, (2024) dalam studi mereka di SMK Muhammadiyah Kartasura menjelaskan bahwa tekanan akademik memicu perasaan “ketidakberdayaan” dan “takut gagal” pada remaja dengan resiliensi rendah hingga sedang. Mereka menemukan hubungan signifikan ($p = 0,035$) antara tingkat resiliensi yang rendah dan meningkatnya prevalensi ide bunuh diri. Remaja yang tidak memiliki keterampilan coping adaptif seperti perencanaan waktu atau teknik relaksasi akan merasakan setiap tugas sekolah sebagai “uji final” atas harga diri mereka. Saat skor resiliensi (hasil Growth-Focused Resilience Scale) di bawah rata-rata, tekanan akademik memicu depresi ringan yang kemudian berkembang menjadi pikiran bunuh diri sebagai ‘pelarian’ dari beban psikologis yang tak tertahan (Putri & Oktaviana, 2024)

Kompetisi antarteman sekelas menambah dimensi tekanan sosial. Wahyuni et al., (2025) menegaskan bahwa remaja dengan self-esteem rendah yang mengalami bullying akademik baik melalui ejekan nilai, penyebaran rumor, maupun intimidasi verbal menjadi dua kali lebih mungkin memiliki ide bunuh diri. Analisis Chi-Square mereka menunjukkan bahwa siswa dengan harga diri negatif memiliki risiko 26,59 kali lebih tinggi memikirkan bunuh diri dibanding yang memiliki harga diri positif ($PR = 26,59$; 95% CI [3,76–187,95]; $p = 0,001$) (Wahyuni et al., 2025). Bullying menurunkan rasa aman di lingkungan sekolah, sehingga stres akademik bukan hanya beban tugas, melainkan juga beban rasa terancam dan diasingkan. Beban tugas rumah, tugas kelompok, serta persiapan ujian nasional atau sertifikasi vokasi, menuntut pengalokasian waktu dan energi ekstra. Putri & Oktaviana,

(2024) menemukan bahwa remaja sering mengorbankan jam tidur dan waktu sosial demi mengejar nilai tinggi. Kurangnya tidur meningkatkan iritabilitas dan menurunkan kapasitas regulasi emosi, sehingga stres akademik hingga kelelahan kronis dapat memicu pikiran bunuh diri. Remaja belajar mengasosiasikan “istirahat” dengan rasa bersalah, membuat beban psikologis semakin menumpuk (Putri & Oktaviana, 2024).

Selain itu, ketidaksesuaian antara gaya belajar individu dan metode pengajaran dapat menciptakan frustrasi berkepanjangan. Remaja yang kesulitan memahami materi meski telah berusaha keras sering menilai diri mereka ‘bodoh’ dan ‘gagal’. Aulia et al., (2020) menyebut bahwa frustrasi kognitif semacam ini memicu depresi ringan yang jika dibiarkan berkembang dapat menimbulkan ide bunuh diri. Mereka menekankan bahwa “stres akademik” dalam konteks keluarga bermasalah atau bullying memperberat beban psikologis; jika tidak ada outlet positif, individu mempertimbangkan bunuh diri sebagai solusi akhir (Aulia et al., 2020).

Terakhir, ekspektasi orang tua terhadap prestasi sekolah sering dialihdayakan remaja sebagai ukuran nilai diri. Remaja yang tidak ingin mengecewakan orang tua terutama di keluarga yang menekankan nilai akademik akan menanggung stres ganda: internal sebagai rasa bersalah, dan eksternal sebagai ketakutan akan kekecewaan. Kolaborasi antara tekanan akademik dan tekanan keluarga dalam hal prestasi menciptakan “perfeksionisme maladaptif,” di mana kegagalan dipersepsikan sebagai bencana eksistensial. Dalam pola pikir ini, ide bunuh diri muncul sebagai upaya menghindar dari rasa bersalah dan malu yang tak tertahan (Wibiharto et al., 2021).

Secara keseluruhan, stres akademik bukan hanya soal beban tugas atau persaingan nilai, melainkan juga melibatkan interaksi kompleks antara persepsi diri, dukungan sosial di sekolah, gaya belajar, dan ekspektasi keluarga. Kombinasi memberi tekanan psikologis ganda yang meningkatkan risiko ide bunuh diri pada remaja. Dengan memahami beragam faktor kompetisi akademik, bullying, kurang tidur, frustrasi belajar, dan perfeksionisme maladaptif peneliti dan praktisi dapat memetakan kelompok remaja paling berisiko untuk pencegahan dini.

B. Faktor Pelindung

1. Self-Esteem dan Resiliensi

Self-esteem dan resiliensi adalah salah satu faktor protektif yang secara signifikan dapat menurunkan munculnya ide atau bahkan tindakan bunuh diri pada remaja. Masa remaja adalah fase transisi yang ditandai dengan dinamika emosional, perubahan biologis, dan tekanan sosial. Dalam fase ini, remaja tengah membentuk identitas diri dan menghadapi berbagai tuntutan baik dari lingkungan keluarga, sekolah, maupun teman sebaya. Remaja yang memiliki self-esteem yang baik cenderung menilai dirinya dengan cara yang positif, merasa berharga, dan percaya akan kemampuannya dalam mengatasi tantangan hidup. Penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni et al., (2025) mengatakan bahwa semakin tinggi tingkat self-esteem yang dimiliki remaja, semakin kecil kemungkinan mereka untuk memiliki keinginan untuk bunuh diri. Sebaliknya, remaja yang memiliki tingkat self-esteem yang rendah memiliki kemungkinan lebih besar untuk mengalami ide bunuh diri. Ini menunjukkan bahwa pandangan positif terhadap diri sendiri menjadi faktor pelindung dari tekanan mental yang dapat memicu pemikiran bunuh diri.

Selain itu, memiliki resiliensi juga mempengaruhi remaja dalam mengembangkan daya tahan psikologis remaja. Resiliensi adalah kemampuan individu untuk bangkit kembali setelah mengalami tekanan, kegagalan, atau pengalaman trauma. Remaja dengan tingkat resiliensi yang tinggi dapat mengelola emosi negatif menjadi emosi yang positif, serta mengubah cara pandang mereka menjadi lebih positif, serta memanfaatkan dukungan dari orang lain menjadi sumber kekuatan dalam pemulihan masalah mereka. Menurut Putri & Oktaviana, (2024) dalam penelitiannya, dengan remaja meningkatkan resiliensi, maka mereka dapat menghadapi tekanan dan tantangan hidup tanpa berpikir untuk mengakhiri hidup mereka. Ini berarti, resiliensi tidak hanya melindungi individu dari efek buruk stres dan depresi, tetapi juga memberikan kemampuan menyesuaikan diri untuk bertahan dalam kondisi yang sulit. Remaja yang memiliki kemampuan resiliensi lebih mampu

melewati masa-masa sulit tanpa kehilangan harapan dan mampu menemukan makna atau tujuan dalam pengalaman hidup meskipun penuh dengan tantangan.

Self-esteem dan resiliensi yang kuat dapat membentuk perlindungan psikologis yang kuat dalam diri remaja. Keduanya bisa bekerja untuk saling melengkapi, sebagai suatu sistem pertahanan emosional yang memungkinkan individu untuk tetap kuat dan tidak terpengaruh oleh tekanan yang akhirnya dapat menyebabkan pikiran yang dapat mengakhiri hidupnya. Dengan demikian, hanya dengan intervensi medis atau psikologis saja tidak akan cukup untuk mencegah bunuh diri di kalangan para remaja, melainkan perhatian utama harus diberikan pada penguatan self-esteem dan resiliensi sejak dini. Intervensi sekolah, konseling, serta dukungan dari keluarga dan sosial perlu diarahkan untuk meningkatkan kedua faktor ini sebagai bagian dari integral dari pendidikan karakter dan kesehatan mental remaja. Dengan begitul pencegahan bunuh diri dapat diakukan dengan cara yang lebih menyeluruh, dan memberikan dampak yang berlangsung lama.

2. Faktor Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah salah satu faktor perlindungan yang paling penting dalam mengurangi kemungkinan munculnya pikiran bunuh diri di kalangan remaja. Di tengah fase perkembangan yang dipenuhi dengan tekanan emosional, kehadiran orang-orang terdekat seperti sahabat, anggota keluarga, dan teman sekolah yang positif dapat membantu remaja menangani stres serta membangun daya tahan mental. Penelitian yang dilakukan oleh (Zuhra et al., 2023) mengungkapkan bahwa dukungan dari teman sebaya adalah dukungan yang paling signifikan dalam membatasi atau mengurangi pikiran untuk bunuh diri pada remaja yang berasal dari keluarga yang bercerai. Hasil penelitian ini menegaskan pentingnya kehadiran sosial yang penuh empati dalam memengaruhi kesehatan mental remaja pada saat-saat sulit. Dalam hal ini, Putri & Oktaviana, (2024) menyatakan bahwa dukungan sosial dari keluarga, sahabat, dan sekolah sangat penting bagi meningkatnya resiliensi remaja. Resiliensi yang baik memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan munculnya ide bunuh diri. Dengan demikian, upaya yang berbasis sosial seperti memperkuat koneksi dengan teman sebaya, mendorong komunikasi terbuka dalam keluarga, dan memberikan dukungan dari sekolah adalah hal penting untuk mencegah perilaku bunuh diri di kalangan remaja.

3. Faktor Keluarga Sebagai Detektor dan Pelindung Pertama

Penelitian fenomenologis oleh Zuhra et al., (2023) menunjukkan bahwa perceraian orang tua dapat memicu tekanan emosional yang berat termasuk keputusasaan, kesepian, dan hilangnya makna hidup sehingga meningkatkan risiko ide bunuh diri. Namun, studi ini juga menyoroti faktor protektif berupa dukungan keluarga, religiusitas, optimisme, dan strategi coping adaptif sebagai kekuatan utama yang dapat menghentikan munculnya ide bunuh diri pada remaja korban perceraian. Hal ini menegaskan bahwa komunikasi terbuka, perhatian, dan kehadiran emosional orang tua sangat penting untuk meminimalkan kerentanan psikologis anak.

Selain itu, penelitian kuantitatif di Kota Rengat oleh Nur Aulia, Yulastri, dan Sasmita (2020) menggarisbawahi bahwa faktor psikologis termasuk depresi, kecemasan, dan stres merupakan pemicu dominan ide bunuh diri pada remaja. Para peneliti menekankan pentingnya peningkatan bimbingan konseling baik secara individu maupun kelompok oleh orang tua dan sekolah agar ide bunuh diri dapat terdeteksi sejak dini dan segera diminimalkan dampaknya.

4. Peran Figur Ayah dalam Pola Asuh dan Deteksi Risiko

Dalam studi “fatherless” oleh Wibiharto et al., (2021), ketiadaan figur ayah dikaitkan dengan naiknya tingkat kesepian dan depresi yang selanjutnya meningkatkan kecenderungan bunuh diri pada siswa SMAN ABC Jakarta. Di sinilah peran keluarga khususnya figur ayah menjadi krusial: kehadiran, ketersediaan, dan keterlibatan ayah (paternal engagement) mampu memberikan rasa aman, menurunkan perasaan malu dan rendah diri, serta membuka ruang dialog untuk mengekspresikan kegelisahan, yang pada gilirannya dapat mendeteksi ide bunuh diri lebih awal.

5. Sekolah Sebagai Lingkungan Pendukung dan Detektor Kedua

Sekolah memiliki peran ganda: sebagai tempat remaja berinteraksi sosial dan sebagai wadah kebijakan pencegahan. Wahyuni et al., (2025) mendemonstrasikan efektivitas program Strong Minds, sebuah intervensi sekolah yang menggabungkan Acceptance and Commitment Therapy (ACT) dan psikologi positif, dalam meningkatkan kesejahteraan mental siswa dan menurunkan gejala depresi serta ide bunuh diri.

Lebih lanjut, studi pada SMK Muhammadiyah Kartasura oleh Putri & Oktaviana, (2024) mengungkapkan bahwa tingkat resiliensi berbanding terbalik dengan ide bunuh diri: remaja dengan resiliensi tinggi lebih mampu mengelola stres, mencari dukungan, dan menemukan solusi konstruktif atas konflik internal, sehingga resiliensi menjadi sasaran penting program pencegahan di sekolah.

KESIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini menegaskan bahwa ide bunuh diri pada remaja sangat dipengaruhi oleh kondisi psikologis individual, di mana harga diri (self-esteem) rendah dan tingkat depresi yang tinggi menjadi faktor risiko paling dominan. Remaja dengan citra diri yang rapuh cenderung sulit menghadapi kegagalan atau tekanan akademik, sehingga mengalami perasaan tak berdaya yang memuncak hingga munculnya keinginan mengakhiri hidup. Selain itu, resiliensi kemampuan mengatasi stres dan adaptasi terhadap tekanan emosional berperan penting sebagai penentu seberapa besar seseorang rentan terhadap ide bunuh diri. Semakin rendah resiliensi, semakin mudah gejala depresi berkembang menjadi dorongan untuk bunuh diri.

Selain faktor psikologis, aspek sosial turut melengkapi pemahaman mengenai penyebab ide bunuh diri. Isolasi sosial dan kurangnya rasa keterikatan dengan teman sebaya menciptakan ruang sepi yang memperkuat pikiran negatif. Bullying, baik secara langsung maupun daring, menambah beban emosional remaja dan sering menjadi pemicu primer menuju niat bunuh diri sebagai pelarian terakhir dari tekanan eksternal. Walaupun dampak bullying relatif lebih lemah dibanding harga diri yang rendah, interaksi negatif di lingkungan sosial memperburuk kondisi psikologis yang sudah rapuh.

Faktor keluarga juga memegang peranan penting sebagai konteks pembentukan identitas dan stabilitas emosional remaja. Konflik orang tua yang berulang, perceraian, serta gaya asuh otoriter atau terlalu permisif dapat melemahkan rasa aman anak dan menurunkan kapasitasnya untuk mengelola stres. Ketidakhadiran figur ayah dalam studi “fatherless” disebutkan mengurangi kesempatan bagi remaja untuk mendapatkan dukungan emosional dan deteksi dini terhadap tanda-tanda krisis mental. Dalam situasi keluarga yang tegang, remaja cenderung tidak memiliki “pelabuhan” untuk menyalurkan kegelisahan, sehingga tekanan internal semakin menumpuk.

Di sisi lain, berbagai faktor protektif seperti dukungan sosial, peran keluarga sebagai detektor pertama, dan lingkungan sekolah yang peduli menjadi variabel pendukung yang memperkaya skema pencegahan. Meskipun bukan inti fokus penelitian ini, dukungan emosional dari orang tua, guru, dan teman sebaya dapat meningkatkan resiliensi dan mengurangi kemungkinan ide bunuh diri mencapai tindakan fatal. Sekolah sebagai lingkungan kedua melalui program konseling dan pelatihan keterampilan emosional memegang fungsi penting dalam mendeteksi gejala depresi serta memfasilitasi intervensi dini.

Secara keseluruhan, studi ini menegaskan bahwa intervensi paling efektif harus diarahkan pada penguatan kondisi psikologis remaja: meningkatkan harga diri, memperkuat resiliensi, serta menyediakan mekanisme pengelolaan stres yang adaptif. Pelibatan keluarga dan sekolah sebagai

sistem pendukung sekunder semakin memperkuat upaya pencegahan. Dengan memahami bahwa harga diri rendah dan depresi merupakan pemicu utama ide bunuh diri, program-program pencegahan dan intervensi dapat difokuskan pada aspek psikologis sambil tetap melibatkan lingkungan sosial dan keluarga sebagai pelengkap strategi.

REFERENSI

- Astriani, N. M. D. Y., & Dewi, P. I. S. (2024). EDUKASI PENCEGAHAN BUNUH DIRI DI KALANGAN REMAJA. *Sundaram: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 148–153.
- Aulia, N., Yulastri, & Sasmita, H. (2020). Faktor Psikologi Sebagai Risiko Utama Ide Bunuh Diri pada Remaja di Kota Rengat Kabupaten Indragiri Hulu. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 11(April), 6–15.
- Hasanudin, F., Yuke Yolanda, & Muhammad Zahrie Nurhadiansyah. (2023). Kasus Bunuh Diri Dan Peran Keluarga. *Al-Mawarid Jurnal Syariah Dan Hukum (JSYH)*, 5(2), 173–192. <https://doi.org/10.20885/mawarid.vol5.iss2.art4>
- Kusuma, K. Y., Nurafiani, & Yusnaeni. (2022). Faktor Penyebab Kecenderungan Bunuh Diri Dikalangan Remaja Toraja. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 2(1), 25–34.
- Pradipta, I. M. R., & Valentina, T. D. (2024). Faktor Internal Psikologis Terhadap Ide Bunuh Diri Remaja Di Indonesia. *Journal Of Social Science Research*, 4(2), 8092–8109.
- Putri, S. B. N., & Oktaviana, W. (2024). Hubungan Tingkat Resiliensi dengan Ide Bunuh Diri pada Remaja di SMK Muhammadiyah Kartasura. *ARTERI: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(1), 1–7. <https://repository.upnvj.ac.id/2464/1/AWAL.pdf>
- Susanti, Y., Pamela, E. M., & Haryanti, D. (2018). Gambaran perkembangan mental emosional pada remaja description of emotional mental development in adolescent. *Nurse Roles in Providing Spiritual Care in Hospital, Academic and Community*, 38–44.
- Wahyuni, I., Fujianti, M. E. Y., & Holis, W. (2025). HUBUNGAN SELF ESTEEM DENGAN IDE BUNUH DIRI PADA REMAJA. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(1).
- Wibiharto, B. M. Y., Setiadi, R., & Widyaningsih, Y. (2021). Pola Hubungan Dampak Fatherless terhadap Kecanduan Internet, Kecenderungan Bunuh Diri dan Kesulitan Belajar Siswa SMAN ABC Jakarta. *Society*, 9(1), 264–276. <https://doi.org/10.33019/society.v9i1.275>
- Zuhra, A. R., Mukhtar, D. Y., & Nasution, I. K. (2023). Gambaran Ide Bunuh Diri pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua. *Jurnal Diversita*, 9(2), 152–159. <https://doi.org/10.31289/diversita.v9i2.10509>