



## **IDEASI BUNUH DIRI PADA MAHASISWA: PERAN PROTEKTIF KEBERSYUKURAN DAN DUKUNGAN SOSIAL**

*Aryo Jiwo Kusumo<sup>1</sup>, Sutarimah Ampuni<sup>2</sup>*

*<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. Jl. Sosio Humaniora, Bulak  
Sumur, Yogyakarta*

*e-mail: [1aryo.jiwo.k@mail.ugm.ac.id](mailto:aryo.jiwo.k@mail.ugm.ac.id), [2ampuni@ugm.ac.id](mailto:ampuni@ugm.ac.id)*

**Abstrak.** Bunuh diri merupakan isu krusial dalam kesehatan mental dunia dan menjadi penyebab kematian kedua tertinggi pada usia 15–29 tahun. Di Indonesia, peningkatan angka ideasi dan kasus bunuh diri pada rentang usia tersebut, termasuk mahasiswa, menuntut perhatian khusus. Penelitian ini bertujuan mengkaji peran kebersyukuran dan dukungan sosial dalam mencegah ideasi bunuh diri pada mahasiswa. Pendekatan kuantitatif digunakan dengan metode survei terhadap 131 mahasiswa aktif Universitas Gadjah Mada, menggunakan Suicidal Ideation Scale (SIS), Skala Bersyukur versi Indonesia, dan Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS). Hasil analisis regresi linear berganda menunjukkan bahwa kebersyukuran dan dukungan sosial secara signifikan dan negatif memprediksi ideasi bunuh diri, menjelaskan 31,7% varians. Temuan ini menekankan pentingnya kebersyukuran dan dukungan sosial sebagai faktor protektif, serta mendasari pengembangan intervensi pencegahan bunuh diri di kalangan mahasiswa.

**Kata kunci:** *ideasi bunuh diri, kebersyukuran, dukungan sosial, mahasiswa.*

**Abstract.** Suicide is a critical global mental health issue, claiming over 703,000 lives annually and ranking as the second leading cause of death for those aged 15–29. In Indonesia, a concerning rise in suicidal ideation among university students, often reported in the media, highlights the urgent need for protective measures. This quantitative study, utilizing a survey approach with the Suicidal Ideation Scale (SIS), Indonesian Gratitude Scale, and Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) on 131 students of Universitas Gadjah Mada, investigated the roles of gratitude and perceived social support in predicting suicidal ideation. The multiple linear regression analysis revealed that both gratitude and social support significantly and negatively predict suicidal ideation, collectively accounting for 32.7% of its variation. These findings highlight their importance as crucial protective factors for student mental health and provide a foundation for developing interventions aimed at enhancing these elements to prevent suicidal ideation.

**Keywords:** *suicidal ideation, gratitude, social support, college student*