Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi e-ISSN: 2549-4236, p-ISSN: 1411-8939
Lembaga Penellitian dan Pengabdian kepada Masyarakat
Vol 25, No 2 (2025): Juli, 1329-1334
DOI: 10.33087/jiubj.v25i2.5944

Studi Masalah Kesehatan Jiwa dengan Risiko Bunuh Diri pada Generasi Z di Kota Malang

Rosida Fatmawati[1], Ahmad Guntur Alfianto[2], Ari Dwi Sulaksono[3]
[1]Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKES Widyagama Husada Malang
[2]Program Studi Profesi Ners, STIKES Widyagama Husada Malang
[3]Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKES Widyagama Husada Malang
Correspondence: 201089.rosida@gmail.com, ahmadguntur@widyagamahusada.ac.id, ari.d.sulaksono@widyagamahusada.ac.id

Abstrak. Tujuan penilitian ini menggambarkan risiko bunuh diri pada Generasi Z di Kota Malang. Desain yang digunakan kuantitatif dengan pendekatan survei. Populasi dalam penelitian ini adalah Generasi Z dengan rentang usia 19-26 tahun yang ada di Kota Malang. Sampel penelitian sebanyak 305 responden dengan teknik Purposive Sampling. Penelitian dilakukan di 5 Kecamatan yaitu Kecamatan Lowokwaru, Sukun, Blimbing, Klojen dan Kedungkandang pada bulan Januari-September 2024. Variabel yang diteliti adalah risiko bunuh diri. Alat ukur yang digunakan adalah kuisioner Suicidal Ideation Scale (SIS). SIS terdiri dari 2 indikator yaitu Suicidal Desire (keinginan bunuh diri) dan Resolved Plan/Preparations (rencana/persiapan). Analisa data menggunakan nilai median dan persentil karena data terdistribusi tidak normal. Uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov dengan menggunakan SPSS Statistics 27. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keinginan bunuh diri memiliki nilai median sebesar 2,00, rencana/persiapan bunuh diri sebesar 0,00 dan risiko bunuh diri secara keseluruhan sebesar 3,0. Hubungan antara risiko bunuh diri dengan masalah kesehatan jiwa pada Generasi Z di Kota Malang sebesar 3,0 yang artinya semakin tinggi masalah kesehatan jiwa yang didapatkan generasi Z, maka semakin tinggi pula pemikiran bunuh diri yang dimilikinya.

Kata Kunci: Risiko Bunuh Diri, Generasi Z, Kota Malang

Abstract. *The aim of this research is to illustrate the suicide risk among Generation Z in the city of Malang. The design used is quantitative with a survey approach. The population in this study is Generation Z, aged 19–26 years, in the city of Malang. The research sample consisted of 305 respondents using the Purposive Sampling technique. The research was conducted in 5 sub-districts, namely Lowokwaru, Sukun, Blimbing, Klojen, and Kedungkandang, from January to September 2024. The variable being studied is the risk of suicide. The measurement tool used is the Suicidal Ideation Scale (SIS) questionnaire. The SIS consists of 2 indicators: suicidal desire and resolved plans/preparations. Data analysis used the median and percentile values because the data is not normally distributed. The normality test was conducted using the Kolmogorov-Smirnov method with SPSS Statistics 27. The research results show that the desire to commit suicide has a median value of 2.00, suicide plans/preparations of 0.00, and an overall suicide risk of 3.0. The suicide risk among Generation Z in Malang City is 3.0, which means that the higher the mental health issues faced by Generation Z, the higher their suicidal thoughts.*

Keywords: *Risk of Suicide, Generation Z, Malang City.*

PENDAHULUAN

Gen Z adalah generasi yang sangat terbiasa dengan teknologi digital dan internet. Saat ini, mereka adalah kelompok terbesar di abad ke-21 (Maharani et al., 2025). Generasi Z terdiri dari individu yang lahir antara tahun 1995 dan 2012 (Fadlurrohim et al., 2020). Pada Gen Z masalah kesehatan jiwa telah menjadi perhatian di berbagai dunia (Bruha et al., 2018). Berbagai permasalahan dihadapi oleh Gen Z yaitu masalah psikososial. Selain itu, Masalah kesehatan jiwa lainnya terdiri dari bullying, kecanduan game bahkan kecenderungan berinteraksi lebih banyak dengan internet (Bushy et al., 2022).

Penelitian Intan et al (2021) mengungkapkan bahwa Gen Z dapat mengalami berbagai masalah kesehatan jiwa, seperti masalah tidur, merasa tidak aman, dan khawatir. Penelitian Suryati et al (2022) meyebutkan bahwa masalah-masalah yang berlangsung berkepanjangan, tersebut dapat menyebabkan perubahan kesehatan jiwa pada Gen Z (Yoanita, 2022). Sehingga dapat menyebabkan gangguan kecemasan, stress, depresi hingga gelisah yang berlebih (Guntur et al., 2022). Jika perasaan tersebut muncul terus menerus dan Gen Z

dengan mekanisme koping yang buruk maka hal ini dapat meningkatkan risiko bunuh diri pada Gen Z (Aprilia Kartika et al., 2020).

Menurut WHO (World Health Organization) dalam penelitian Borko & Gomboc (2024), pada tahun 2019, bunuh diri menjadi penyebab kematian keempat terbesar di dunia untuk kelompok usia 15 hingga 29 tahun.. Menurut National Alliance on Mental Illness dalam penelitian Freeman (2022), sekitar 49% dari populasi mahasiswa dalam sistem pendidikan telah didiagnosis dengan atau dirawat, karena depresi dan berisiko mengalami bunuh diri. Studi WMH-ICS dalam penelitian Hunduma et al (2022) menemukan bahwa Prevalensi ide, rencana, dan upaya bunuh diri masing-masing adalah 32,7%, 17,5%, dan 4,3%". Dokter spesialis kesehatan jiwa dr Innawati Jusup mengatakan bahwa bunuh diri pada usia 15-29 tahun semakin meningkat, dimana dalam catatan WHO mengatakan bahwa usia perkuliahan dikatakan rentan terhadap depresi dan bunuh diri (Dasaad, 2023).

Penelitian Kurniawan et al (2022) mengungkapkan bahwa kesehatan jiwa masih menjadi salah satu masalah signifikan di dunia termasuk Indonesia (Aprilia Kartika et al., 2020). Data dari Menurut Riskesdas 2018, prevalensi depresi adalah 4,53%, gangguan mental emosi 6,28%, dan skizofrenia 2,23% dari penduduk Jawa Timur. Sedangkan prevelensi penyakit tidak menular atau kesehatan jiwa dalam provinsi Jawa Timur, tingkat depresi adalah 4,53%, dan tingkat prevelensi gangguan mental emosional adalah 7,5 %

Penelitian Putriny Asih & Lesmana (2019) menyatakan bahwa angka kejadian bunuh diri di Indonesia menunjukkan Jawa Timur sebagai provinsi dengan kasus bunuh diri terbanyak kedua sebanyak 119 kasus. Data Polres Malang menunjukkan ada peningkatan kasus bunuh diri sebanyak 52,38% dari tahun 2022 ke tahun 2023. Pada tahun 2022, terdapat 21 kasus bunuh diri. Pada tahun 2023, terdapat 32 kasus bunuh diri. Data dari Polresta Malang Kota menunjukkan terdapat 25 kasus bunuh diri dari bulan Januari hingga 25 Desember 2023. Faktor-faktor penyebab bunuh diri termasuk memiliki penyakit kronis, depresi, dan masalah keluarga. Faktor penyebab sakit kronis seperti diabetes, stroke, dan komplikasi mencapai 41,5%, sedangkan depresi dialami oleh 26,41% korban. Masalah keluarga menjadi faktor di 22,64% kasus, sementara 9,43% kasus lainnya tidak diketahui penyebabnya (Jawapos, 2020).

Menurut National College Health Assessment dari American College Health Association, 1,1% remaja atau mahasiswa melakukan upaya bunuh diri (Novitayani & Nurhidayah, 2023). Perilaku bunuh diri dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal seperti rendahnya koping individu (Han et al., 2022), penyalahgunaan smartphone, nutrisi ketidakseimbangan, gaya hidup buruk, rendahnya interaksi dalam keluarga, intimidasi, dan masalah sosial (Rohmana et al., 2020). Namun, risiko bunuh diri juga berkaitan dengan sikap terhadap masalah dan kepribadian aspek yaitu permusuhan, impulsif, depresi, dan keputusasaan (Bushy et al., 2022).

Stres merupakan stimulus intrinsik dan ekstrinsik yang menyebabkan respon biologis dan respon kompensasi terhadap stimulus (Stewart et al., 2019). Stres dapat menyebabkan berbagai tindakan pada tubuh, mulai dari homeostatis perubahan terhadap efek yang mengancam jiwa (Stewart et al., 2019). Depresi dan stres dikaitkan dengan keinginan bunuh diri, khususnya pada Gen Z (Habib et al., 2017). Kecemasan adalah emosi manusia yang normal, yang melibatkan perilaku, respon afektif, dan kognitif ketika menghadapi persepsi bahaya (Delanerolle et al., 2022). Kecemasan dianggap berlebihan atau patologis bila menyebabkan penderitaan yang signifikan atau selingan. Kecemasan sering kali muncul bersamaan dengan depresi (Delanerolle et al., 2022). Depresi adalah mental yang umum kelainan yang ditandai dengan kesedihan terus-menerus dan kekurangan minat atau kesenangan yang sebelumnya bermanfaat atau menyenangkan kegiatan (Lew et al., 2022).

Berdasarkan masalah tersebut, peneliti sudah melakukan studi awal terkait risiko bunuh diri pada generasi z di kota malang. Hasilnya dari 10 Gen Z yang ada di Kota Malang didapatkan hasil bahwa 9 anak pernah melakukan percobaan bunuh diri. Gen Z melakukan percobaan bunuh diri dikarenakan 6 orang menjawab muncul perasaan bahwa hidup mereka tidak bermakna untuk dijalani dan rasa ingin menyerah karena hidup sangatlah buruk dan 3 orang menjawab muncul perasaan tidak ada jalan keluar atas masalah selain bunuh diri. Studi pendahuluan tersebut menggambarkan kesehatan jiwa pada Gen Z yang ada di Kota Malang. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan risiko bunuh diri pada Gen Z di Kota Malang.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan survei. Populasi penelitian ini adalah Gen Z dengan rentang usia 19-26 tahun yang ada di Kota Malang. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling dengan jumlah sampel 305 responden yang memenuhi kriteria inklusi yaitu Gen Z usia 19-26 tahun, berdomisili di Kota Malang, Gen Z yang sedang bekerja, tidak bekerja dan sedang kuliah. Kriteria ekslusi Gen Z yang berada diluar Kota Malang, dan sudah menikah. Tempat penelitian dilakukan di 5 Kecamatan yaitu Kecamatan Lowokwaru, Sukun, Blimbing, Klojen dan Kedungkandang. Waktu penelitian pada bulan Januari-September 2024. Alat ukur yang digunakan adalah kuisioner melalui google form dan media sosial yang digunakan adalah grup Whatsapp, Instagram dan Telegram.

Variabel yang digunakan adalah risiko bunuh diri. Instrumen yang digunakan adalah Suicidal Ideation Scale (SIS) (Rudd) (Khazem et al., 2021). Kuisioner terdiri dari 2 indikator yaitu Suicidal Desire (keinginan bunuh diri) dan Resolved Plan/Preparations (rencana/persiapan). SIS memiliki 10 item pertanyaan yang terdiri dari enam pertanyaan tentang keinginan bunuh diri, empat pertanyaan tentang rencana/persiapan bunuh diri. Penilaian instrumen didasarkan pada skala Likert, yang terdiri dari Tidak pernah (skor 0), Jarang (skor 1), Kadang-kadang (skor 2) , Sering (skor 3), dan Selalu (skor 4). Analisa data menggunakan mean dan simpangan baku untuk data dengan distribusi normal. Namun, ketika distribusi data tidak normal, digunakan nilai median dan persetil. Uji normalitas menggunakan uji Kolmogorov-smirnov menggunakan SPSS Statistics 27.

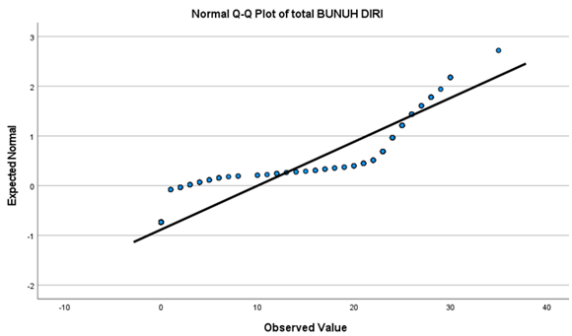
HASIL

Tabel 1
Karakteristik Responden Gerenasi Z di Kota Malang (n=305)

	Karakteristik	n	Persentase
1.	**Jenis Kelamin :**		
	Laki-laki	92	30,2 %
	Perempuan	213	69,8 %
2.	**Usia**		
	Remaja Akhir (19-21 tahun)	25	8,2 %
	Dewasa Awal (22-26 tahun)	280	91,8 %
3.	**Pendidikan Terakhir**		
	SMP	14	4,6 %
	SMA	230	75,4 %
	PT	61	20 %
4.	**Domisili**		
	Blimbing	30	9,8 %
	Kedungkandang	22	7,2 %
	Klojen	43	14,1 %
	Lowokwaru	137	44,9 %
	Sukun	73	23,9 %
5.	**Percobaan bunuh diri**		
	Tidak	187	61,3 %
	Ya	118	38,7 %
6.	**Pekerjaan**		
	Bekerja pegawai	30	9,8 %
	Bekerja swasta	28	9,2 %
	Mahasiswa/ pelajar	226	74,1 %
	Tidak bekerja	21	6,9 %

Sumber: data olahan (primer)

Hasil karakteristik responden menunjukkan bahwa Gen Z di Kota Malang sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (69,8%) dan berada pada usia dewasa awal (91,8%). Hampir setengahnya berdomisili di kecamatan Lowokwaru (44,9%) dengan hampir seluruhnya pendidikan terakhir Sekolah Menengah Atas (SMA). Hampir setengah responden menjawab pernah melakukan percobaan bunuh diri (38,7%) dengan pekerjaan sebagian besar responden adalah mahasiswa/pelajar (74,1%).



Sumber: data olahan

Gambar 1
Grafik Q-Q Risiko Bunuh Diri pada Generasi Z di Kota Malang

Gambar 1 menunjukkan bahwa plot Q-Q risiko bunuh diri di kalangan Gen Z di Kota Malang sebagian kecil mengikuti garis, tetapi beberapa menyimpang jauh dari garis tersebut. Oleh karena itu, data diasumsikan tidak berdistribusi normal. Selain itu, hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov adalah 0,000 (α<0,05). Kesimpulannya, data tidak terdistribusi normal. Dengan demikian, konsentrasi dan penyebaran data diukur menggunakan nilai median dan persentil.

Tabel 2
Risiko Bunuh Diri pada Generasi Z di Kota Malang per Indikator (n=305)

Risiko Bunuh Diri	Minimum	Maksimum	Median
Keinginan bunuh diri	0	22	2,00
Rencana/persiapan bunuh diri	0	13	0,00
Risiko bunuh diri secara keseluruhan	0	35	3,00

Sumber: data olahan

Risiko bunuh diri dipengaruhi oleh beberapa faktor yang menyebabkan keinginan bunuh diri muncul antara lain usia, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan. Pada penelitian ini semua responden adalah Gen Z (usia 19-26 tahun). Menurut Ermawati usia percobaan bunuh diri paling banyak terjadi pada usia produktif, yaitu usia 18 hingga 25 tahun (Ermawati et al., 2018). Menurut Mysha pada masa produktif dapat mengalami perubahan kognitif, fisik, dan emosional yang dapat menyebabkan masalah kesehatan jiwa seperti stres, depresi, kecemasan, dan perilaku tidak biasa (Muslim et al., 2024b).

Masalah kesehatan jiwa dapat menyebabkan tingginya angka keinginan bunuh diri pada usia prosuktif, terjadi paling banyak pada perempuan hal ini disebabkan oleh faktor biologis (hormon estrogen), serta faktor biopsikososial seperti ketimpangan sosial dan kecenderungan perempuan untuk memendam masalah yang dialaminya. Hal ini sejalan dengan penelitian Kshatri et al (2022) bahwa tingkat depresi pada perempuan lebih tinggi daripada laki-laki. Hal Ini disebabkan oleh peristiwa kehidupan yang lebih besar yang mereka alami dan kerapuhan dalam mengatasi masalah. Menurut Cougle et al, (2009) hal ini juga dipengaruhi oleh gangguan stress pascatrauma. Penderitaan masa kecil meliputi kekerasan fisik, emosional, dan seksual dari keluarga atau yang dialami oleh anak pada masa kecil.

Menurut data WHO tahun 2019 selain dikarenakan usia dan jenis kelamin, kematian akibat bunuh diri juga dapat disebabkan oleh pendapatan rendah dan menengah, stres ekonomi, dan pengangguran (Angelakis et al., 2019). Pendapatan rendah terkait dengan tekanan finansial dan kerentanan yang lebih besar terhadap peristiwa kehidupan stres pada Gen Z (Ashton & Alvarez-dardet, n.d.). sedangkan dalam penelitian Alesha Muslim et al (2024) menyebutkan bahwa Gen Z yang sedang menghadapi berbagai permasalahan seperti masalah keuangan, akademis, dan keluarga yang tidak mendukung. Dapat meningkatkan tekanan pada Gen Z, yang akhirnya dapat menyebabkan perilaku melukai diri sendiri atau pemikiran bunuh diri dan meningkatkan percobaan bunuh diri pada Gen Z (Alesha Muslim et al., 2024).

Risiko bunuh diri terdiri dari dua jenis yaitu keinginan bunuh diri (*Suicidal Desire*) dan rencana/persiapan bunuh diri (Resolved Plans/Preparation) (Ningrum, 2020). Temuan ini menemukan bahwa keinginan bunuh diri pada Generasi Z di Kota Malang dalam penelitian ini tinggi. Keinginan bunuh diri adalah perasaan seseorang meliputi keinginan agar kehidupan berakhir, perasaan ingin menyerah dan merasakan beban yang berat. Hasil ini didukung oleh penelitian Carlinda et al. (2024) yang menunjukkan hasil yang serupa dimana didapatkan 21,3% dari 188 Gen Z memiliki ide bunuh diri karena mereka merasa tidak berdaya dan putus asa. Menurut Carlinda et al., 2024 kondisi emosional yang tidak stabil (stres atau depresi), karakteristik kepribadian, dan stresor dapat menyebabkan risiko bunuh diri. Percobaan bunuh diri sering disebabkan oleh keinginan untuk mengatasi depresi dan beban kehidupan, serta mencari perhatian dan bantuan dari orang lain[20]. Depresi muncul karena Gen Z tidak mampu mengatasi masalah dan tekanan secara terus-menerus, yang menyebabkan perasaan tidak berdaya, putus asa, bersalah, dan kehilangan harga diri. Sehingga bunuh diri dianggap sebagai solusi atas rasa sakit tersebut[15].

Penelitian Lanenoh dkk (2018) Gen Z yang memiliki ide bunuh diri biasanya didorong oleh tingkat stres yang tinggi. Tekanan bisa muncul akibat masalah keluarga atau masalah akademik. Seseorang dapat mengalami efek stres secara positif atau negatif. Stres bisa berpengaruh buruk pada kognitif, afektif, fisiologis, perilaku, dan sosial. Gen Z yang berisiko sering kali menggunakan koping yang tidak sehat, seperti menggunakan narkotika atau alkohol ketika merasa stres. Mereka juga dapat menghadapi risiko bunuh diri jika tidak mampu mengatasi tekanan yang mereka alami. Gen Z perlu mengelola stres secara positif, misalnya

dengan mencari dukungan dari teman, keluarga atau sekitarnya (Lalenoh et al., 2018).

Penelitian Suryati et al (2022) mengungkapkan bahwa tidak sedikit Gen Z yang mengalami frustasi dan memendam kemarahan karena tidak dapat bercerita kepada keluarga atau teman. Hal itu tidak jarang diungkapkan dengan perilaku yang berbahaya bagi diri sendiri. Karena harus menghadapi masalah sendiri, orang yang suka menyimpan masalah sendiri cenderung merasa putus asa dan berpikir untuk mengakhiri hidup (Suryati et al., 2022). Sementara penelitian Setiyawan & Astuti, 2024 mengungkapkan bahwa ide bunuh diri pada Gen Z yang memiliki tipe kepribadian introvert lebih tinggi dengan tipe kepribadian extrovert .

SIMPULAN

Hubungan antara masalah kesehatan jiwa dengan risiko bunuh diri pada Gen Z di Kota Malang sebesar 3,0. Artinya semakin tinggi masalah kesehatan jiwa yang didapatkan Gen Z, maka semakin tinggi pula pemikiran bunuh diri yang dimilikinya. Oleh karena itu untuk mengurangi dan mencegah terjadinya risiko bunuh diri di Kota Malang adalah dengan melakukan pendekatan yang berpusat pada teknologi dan kolaborasi dengan petugas kesehatan sangatlah penting untuk dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

Alesha Muslim, M., Auliya Rahmawati, N., Mu, Z., Billah, T., & Sultan Ageng Tirtayasa, U. 2024. Faktor Penyebab Bunuh Diri Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Hukum*, *1*(2), 261–266.

Angelakis, I., Gillespie, E. L., & Panagioti, M. (2019). Childhood maltreatment and adult suicidality: A comprehensive systematic review with meta-analysis. *Psychological Medicine*, *49*(7), 1057–1078.

Aprilia Kartika, C., Guntur Alfianto, A., & Ari Kurniyati, M. 2020. Ppertolongan pertama kesehatan Jiwa Pada Siswa dengan Masalah Psikososial Yang Beresiko Bunuh Diri. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, *3*(2), 161–172.

Ashton, J. R., & Alvarez-dardet, C., n.d. Mental Health, Unemployment, Tobacco, Waste, and. *Journal Of Epidemology*, 640.

Borko, P., & Gomboc, V. 2024. Media Portrayals of Suicide's Risk and Protective Factors in Slovenia (1959 – 1999). *Semanthic Schollar*, *1*(14), 0–2.

Bruha, L., Spyridou, V., Forth, G., & Ougrin, D., 2018. Global child and adolescent mental health: challenges and advances. *London Journal of Primary Care*, *10*(4), 108–109.

Bushy, A., Ching-Min Chen, F., Eileen Savage, D., Tuazon, J. A., David Pickles Farhan Alshammari Chong Mei Chan, D., & Reisenhofer Assistant Professor Pei-Lun Hsieh Ah Yusuf, S. 2022. Accredited by Decree of The Directorate General of Higher Education The Ministry of Education and Culture, Republic of. *Jurnal Ners*, *17*(1), 1–107.

Carlinda, B., Bachri, D., Muthmainnah, A. J., & Juliani, C. 2024. Scoping Review : Teknologi Berbasis Artificial Intelligence Dalam Mencegah Suicide Ideation. *Empati*, *13*(4), 325–340.

Cougle, J. R., Resnick, H., & Kilpatrick, D. G. 2009. PTSD, depression, and their comorbidity in relation to suicidality: Cross-sectional and prospective analyses of a national probability sample of women. *Depression and Anxiety*, *26*(12), 1151–1157.

Dasaad, A. D. 2023. Pengaruh Pengembangan Sektor Pariwisata Wira Garden Terhadap Pendapatan Ekonomi Masyarakat Dalam Perspektif Ekonomi Islam. *AT-TAWASSUTH: Jurnal Ekonomi Islam,* 7(1). 1–19).

Delanerolle, G., Ayis, S., Barzilova, V., Phiri, P., Zeng, Y., Ranaweera, S., Shetty, A., Haque, N., Kar, D., Majumder, K., Rathod, S., Raymont, V., Shi, J. Q., & Hapangama, D. K. 2022. A Systematic Review and Meta-analysis of Polycystic Ovary Syndrome and Mental Health among Black Asian Minority Ethnic populations. *MedRxiv*, 2022.03.05.22271948.

Ermawati, S., Moediarso, B., & Soedarsono, S. 2018. Hubungan Jenis Kelamin, Usia Dan Pekerjaan Dengan Kejadian Asfiksia Gantung Diri Di Rsud Dr Soetomo Tahun 2013-2016. *Indonesian Journal of Legal and Forensic Sciences (IJLFS)*, *8*(1), 12.

Freeman, M. 2022. Mental Illness in the United States and SSDI. *Journal of Undergraduate Social Work Research*.

Guntur, A., Putri Rahmadanty, I., & Ulfa, M. 2022. Mental Health Stigma Among

Generation Z Students in Salafi Islamic Boarding Schools. *Journal of Health Sciences*, *15*(03), 283–290.

Habib, Y., Yunes, P., Hedayat, S., Thomas, J., & Amirhossein, S. 2017. The Impact of Stress on Body Function: A Review. *EXCLI Journal*, 1611–2156.

Han, S., Lim, K. S., Blackburn, B. J., Yun, J., Putnam, C. W., Bull, D. A., & Won, Y. W. 2022. The Potential of Topoisomerase Inhibitor-Based Antibody–Drug Conjugates. *Pharmaceutics*, *14*(8), 1–15.

Hunduma, G., Deyessa, N., Dessie, Y., Geda, B., & Yadeta, T. A. 2022. High Social Capital is Associated with Decreased Mental Health Problem Among In-School Adolescents in Eastern Ethiopia: A Cross-Sectional Study. *Psychology Research and Behavior Management*, 15, 503–516

Intan, Z., Mita, M., Nikmatul, I., & Sayyidatina, M. 2021. Kesehatan Mental Remaja Pada Masa Pandemi. *Counseling AS SYAMIL: Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Islam*, *1*(1), 11–19.

Jawapos. 2020. *Batasi Lagi Aktivitas*.

Khazem, L. R., Anestis, M. D., Gratz, K. L., Tull, M. T., & Bryan, C. J. 2021. Examining the role of stigma and disability-related factors in suicide risk through the lens of the Interpersonal Theory of Suicide. *Journal of Psychiatric Research*, *137*(February 2020), 652–656.

Kshatri, J. S., Satpathy, P., Sharma, S., Bhoi, T., Mishra, S. P., & Sahoo, S. S. 2022. Health research in the state of Odisha, India: A decadal bibliometric analysis (2011-2020). *Journal of Family Medicine and Primary Care*, *6*(2), 169–170.

Kurniawan, A., Nurjana, M. A., & Widayati, A. N. 2022. Peran Pengelolaan Limbah Rumah Tangga Terhadap Kejadian Diare Pada Balita di Indonesia (Analisis Data Riskesdas 2018). *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, *32*(1).

Lalenoh, G. A., Zega, I. B. P. N., Yuni, I. F., Florensa, M. V. A., N, M. T. A. S., Keperawatan, F., & Harapan, U. P. (2018). the Relationship Between Stress Levels and Suicide Ideation in College Students. *Nursing Current*, *9*(1), 89–101.

Lew, B., Lester, D., Mustapha, F. I., Yip, P., Chen, Y. Y., Panirselvam, R. R., Hassan, A. S., In, S., Chan, L. F., Ibrahim, N., Chan, C. M. H., & Siau, C. S. 2022. Decriminalizing suicide attempt in the 21st century: an examination of suicide rates in countries that penalize suicide, a critical review. *BMC Psychiatry*, *22*(1), 1–11.

Maharani, A. P., Widiyanarti, T., Meilina, A., Lestari, D. A., & Aidilia, Z. 2025. Kebudayaan Gen Z : Kekuatan Kreativitas di Era Digital. *Diksima*, *2*(1), 1–10.

Ningrum, Eka Puspita. 2020. Pengaruh Family Functioning, Loneliness Dan Academic Burnout Terhadap Suicide Ideation Pada Mahasiswa Tingkat Akhir.

Novitayani, S., & Nurhidayah, I. 2023. Analisis Risiko Bunuh Diri pada Mahasiswa Kesehatan di Kota Banda Aceh. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, *8*(1), 61–68.

Putriny Asih, N. W. D., & Lesmana, C. B. J. 2019. Gambaran dinamika percobaan bunuh diri: Analisis 234 kasus periode tahun 2016-2018 di RSUP Sanglah Denpasar. *Medicina*, *50*(3), 527–530.

Rohmana, D. Y., Estelina, K., & Iskandar, I. 2020. The Bullying Phenomenon and Handling Efforts in Reducing Cases of Bullying: A Systematic Review. In *Jurnal Ners*, 15(1), 557–562).

Setiyawan, D., & Astuti, K. 2024. Pengaruh dukungan sosial terhadap ide bunuh diri yang dimediasi oleh resiliensi pada mahasiswa gen z. *Jurnal Pendidikan Guru*, *5*(4), 607–623.

Stewart, J. G., Shields, G. S., Esposito, E. C., Cosby, E. A., Allen, N. B., Slavich, G. M., & Auerbach, R. P., 2019. Life Stress and Suicide in Adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, *47*(10), 1707–1722.

Suryati, Muzaiyanah, & Nazarmanto. 2022. Interaksi Komunikasi Generasi Milenial, Y, Dan Z Terhadap Orang Tua Menurut Perspektif Islam. *Jurnal Komunikasi Islam Dan Kehumasan*, *6*(2), 20–29.

Yoanita, D., 2022. Pola Komunikasi Keluarga Di Mata Generasi Z. *Scriptura*, *12*(1), 33–42.