

**MOTIF BUNUH DIRI DITINJAU DARI FILSAFAT STOA:
ANALISIS MOTIF BUNUH DIRI DI KALANGAN MAHASISWA DI
DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**



SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar sarjana pada Program Studi S-1 Filsafat
Keilahian Fakultas Teologi Universitas Kristen Duta Wacana

Oleh:

Charella Anggun Ermawati

01200249

**FILSAFAT KEILAHIAN
FAKULTAS TEOLOGI UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA
YOGYAKARTA**

2024

**MOTIF BUNUH DIRI DITINJAU DARI FILSAFAT STOA:
ANALISIS MOTIF BUNUH DIRI DI KALANGAN MAHASISWA DI
DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar sarjana pada Program Studi S-1 Filsafat
Keilahian Fakultas Teologi Universitas Kristen Duta Wacana

Oleh:

Charella Anggun Ermawati

01200249

DUTA WACANA

**FILSAFAT KEILAHIAN
FAKULTAS TEOLOGI UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA
YOGYAKARTA**

2024

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Kristen Duta Wacana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Charella Anggun Ermawati
NIM : 01200249
Program Studi : Filsafat Keilahian
Fakultas : Teologi
Jenis Karya : Skripsi

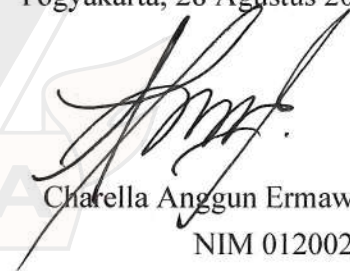
Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Kristen Duta Wacana **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*None-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**MOTIF BUNUH DIRI DITINJAU DARI FILSAFAT STOA:
ANALISIS MOTIF BUNUH DIRI DI KALANGAN MAHASISWA DI DAERAH
ISTIMEWA YOGYAKARTA**

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Universitas Kristen Duta Wacana berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Yogyakarta, 28 Agustus 2024


Charella Anggun Ermawati
NIM 01200249

LEMBAR PENGESAHAN

MOTIF BUNUH DIRI DITINJAU DARI FILSAFAT STOA:

ANALISIS MOTIF BUNUH DIRI DI KALANGAN MAHASISWA DI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA

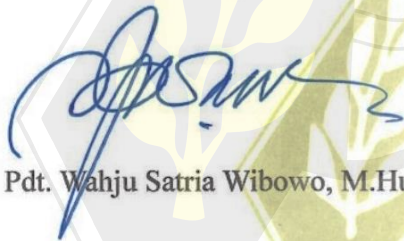
OLEH:

CHARELLA ANGGUN ERMAWATI

01200249

Telah dipertahankan di depan Dewan Uji Senat Fakultas Teologi UKDW pada tanggal 9 bulan Agustus tahun 2024 dan dinyatakan LULUS.

Dosen Pembimbing



Pdt. Wahyu Satria Wibowo, M.Hum., Ph.D.

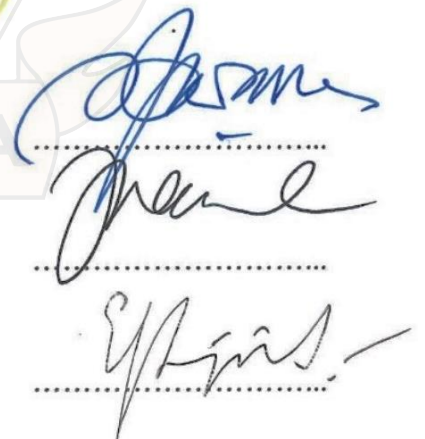
Kepala Program Studi



Pdt. Daniel K. Listijabudi, Ph.D.

Dewan Penguji,

1. Pdt. Wahyu Satria Wibowo, M.Hum., Ph.D.
2. Pdt. Prof. Yahya Wijaya, Ph.D.
3. Pdt. Em. Prof. Dr (h.c) Emanuel Gerrit Singgih, Ph.D.



PERNYATAAN INTEGRITAS AKADEMIK

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Charella Anggun Ermawati

NIM : 01200249

Judul Skripsi : Motif Bunuh Diri Ditinjau dari Filsafat Stoa: Analisis Motif Bunuh Diri di Kalangan Mahasiswa di Daerah Istimewa Yogyakarta

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini sepenuhnya merupakan hasil karya asli saya sendiri. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi mana pun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak ada bagian dari skripsi ini yang merupakan hasil karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam skripsi ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 28 Agustus 2024

Penulis,



Charella Anggun Ermawati

DUTA WACANA

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kepada Tuhan, Sang Sumber Kehidupan dan Pengharapan yang selalu ada di setiap proses kehidupan dan perjalanan penulisan skripsi ini. Hanya oleh karena anugerah dan kekuatan dari-Nya sehingga saya mampu menyelesaikan tugas dan tanggung jawab tepat pada waktunya. Segala keraguan dan ketakutan berhasil dilewati karena pertolongan Tuhan melalui berbagai cara, termasuk orang-orang terkasih yang turut mendukung dan kebersamai proses penulisan ini.

Teruntuk Ibunda tercinta, Ibu Setiyaningwati yang dengan sabar, penuh cinta kasih dan pengorbanan memberikan dukungan dan doa untuk putri tercintanya. Meskipun terpisah jarak kurang lebih 3.370-kilometer selama beberapa tahun terakhir, tetapi cinta kasihnya terwujud dalam berbagai cara sehingga saya mampu menyelesaikan penulisan ini. Saya juga berterima kasih kepada Ayahanda tercinta, Bapak Wuspambagyo yang dengan sabar dan perhatian mendukung saya, juga adik tercinta dan satu-satunya, Gilang Bagas Rio Subagio yang setia mendukung, menjadi rekan untuk sharing berbagai cerita. Terimakasih untuk segenap keluarga yang senantiasa dengan penuh kasih mendoakan dan mendukung saya hingga saat ini.

Selanjutnya, menjadi kebanggaan bagi saya dapat dibimbing oleh Pdt. Wahyu Satria Wibowo, M.Hum., Ph.D yang dengan sabar dan pengertian membimbing dan mengarahkan selama proses penulisan ini berlangsung. Kritik dan saran yang menjadi pelengkap dalam proses skripsi ini. Terima kasih kepada para dosen penguji, Pdt. Prof. Yahya Wijaya, Ph.D dan Pdt. Em. Prof. Dr (h.c) Emanuel Gerrit Singgih, Ph.D. Saya juga berterima kasih kepada Prof. Dr. J.B. Giyana Banawiratma selaku dosen wali yang mendukung proses studi Penulis.

Proses studi tidak akan berwarna tanpa peran berbagai pihak yang mendukung proses studi di UKDW. Oleh karena itu, saya berterima kasih kepada Pdt. Nani Minarni dan segenap keluarga besar Lembaga Pelayanan Kerohanian, Konseling dan Spiritualitas (LPKKS UKDW), Tim Ibadah Kampus hingga PKK Live yang mewarnai proses studi saya dengan berbagai warna dan keseruan. Saya juga berterima kasih kepada admin dan staff Fakultas Teologi UKDW yang membantu dalam mengurus perihal perkuliahan sampai penulisan dengan pelayanan yang baik.

Terima kasih kepada teman-teman Aswattha Samahita yang dengan berbagai keunikannya mewarnai proses asrama dan perkuliahan. Terima kasih kepada rekan kamar asrama, Yohana yang selalu mendukung dan memotivasi saya untuk tetap semangat, juga Chelin, Kinan dan seluruh sahabat yang menemani dalam segala keluh kesah. Saya juga berterima kasih kepada PM GKJW dan PMT GPIB yang menjadi keluarga selama di Yogyakarta. Tak lupa, saya juga berterimakasih kepada GPIB Marga Mulya Yogyakarta, khususnya Pelkat PA yang senantiasa kebersamai

dalam proses selama di Yogyakarta. Teman-teman semua yang tak dapat saya sebutkan satu per satu, yang dengan tulus hati menjadi rekan, sahabat dan saudara dalam proses studi saya di UKDW.

Teruntuk Yoga Deni Wiratama, S.Fil., terima kasih atas kasih dan perhatian dalam berbagai cara dan wujud. Terima kasih telah meluangkan waktu, menemani, mendengarkan, mendukung dan selalu ada dalam setiap proses perkuliahan, termasuk ketika saya *struggle* dalam berbagai situasi dan penulisan skripsi. Tidak banyak yang Penulis ungkapkan melalui kata pengantar ini, tetapi kiranya setiap proses selama penulisan ini menjadi salah satu bagian dari proses bersama hingga ke depannya.

Semoga setiap kebaikan, doa dan harapan menjadi warna yang terus mengiring setiap proses kehidupan dan kebahagiaan menjadi bunga dari penantian. Saya menyadari bahwa masih banyak keterbatasan dalam penulisan ini, terima kasih untuk semua yang terlibat. Semoga Tuhan, Sang Sumber Kehidupan senantiasa merangkul kita. *Soli Deo Gloria!*

Yogyakarta, 29 Agustus 2024

Charella Anggun Ermawati



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN INTEGRITAS AKADEMIK.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
ABSTRAK.....	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.1.1. Filsafat Stoa	4
1.2. Permasalahan.....	6
1.2.1. Rumusan Masalah	8
1.3. Batasan Masalah.....	9
1.4. Usulan Judul	9
1.5. Metode Penelitian.....	10
1.6. Tujuan Penelitian.....	10
1.7. Sistematika Penulisan.....	11
BAB II STOIKISME DAN BUNUH DIRI	13
2.1. Pengantar	13
2.1.1. Sejarah dan Perkembangannya.....	13
2.2. Konsep Ketenangan Batin (<i>Ataraxia</i>)	15
2.2.1. Selaras dengan Kosmos	18
2.2.2. Batas Kendali.....	19
2.2.3. Takdir	20
2.2.4. Pertahanan Diri	21
2.3. Tentang Manusia	22
2.3.1. Manusia yang Bebas Sekaligus Terbatas.....	24
2.3.2. Manusia dan Lingkungannya.....	25
2.4. Kematian.....	26
2.5. Bunuh Diri	26
2.6. Kesimpulan.....	28
BAB III MOTIF BUNUH DIRI DI KALANGAN MAHASISWA	30

3.1.	Pengantar	30
3.2.	Analisis Hasil Penelitian.....	30
3.2.1.	Motif Perilaku Bunuh Diri.....	30
3.3.	Tentang Kehidupan.....	33
3.3.1.	Tujuan Hidup.....	34
3.3.2.	Kebahagiaan	35
3.3.3.	Pengalaman dan Trauma	37
3.3.4.	Kematian sebagai Solusi dari Penderitaan	38
3.3.5.	Respon yang tepat.....	40
3.4.	Kesimpulan.....	41
BAB IV	TINJAUAN TEOLOGIS BUNUH DIRI MENURUT STOIKISME.....	43
4.1.	Pengantar	43
4.2.	Stoikisme dalam Melihat Perilaku Bunuh Diri di Kalangan Mahasiswa di DIY	43
4.2.1.	Dilema Rasionalitas.....	44
4.2.2.	Mengendalikan atau Dikendalikan	46
4.2.3.	Partisipasi Manusia dalam Takdir	47
4.3.	Perilaku Bunuh Diri dalam Teologi Kristen.....	48
4.3.1.	Menghargai Hidup sebagai Anugerah Allah	48
4.3.2.	Melarikan Diri dari Panggilan Allah	50
4.3.3.	Kebebasan dan Tanggung Jawab.....	51
4.3.4.	Moralitas Hidup dan Bunuh Diri	52
4.4.	Relasi dan Motivasi	56
4.5.	Kesimpulan.....	58
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	60
5.1.	Pengantar	60
5.2.	Kesimpulan Akhir	60
5.3.	Saran	63
5.4.	Penutup	64
DAFTAR PUSTAKA		65
LAMPIRAN		68

ABSTRAK

Motif Bunuh Diri Ditinjau Dari Filsafat Stoa: Analisis Motif Bunuh Diri Di Kalangan Mahasiswa Di Daerah Istimewa Yogyakarta

Oleh: Charella Anggun Ermawati (01200249)

Angka kematian akibat bunuh diri terus mengalami peningkatan secara global, termasuk di Indonesia, di mana kasus bunuh diri melibatkan kalangan mahasiswa. Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY), sebagai daerah pusat pendidikan, mengalami peningkatan signifikan dalam kasus bunuh diri di kalangan mahasiswa. Fenomena ini menimbulkan pertanyaan mengenai faktor-faktor yang mendorong perilaku bunuh diri, serta bagaimana filsafat Stoa dapat menawarkan pemahaman dan solusi untuk mengatasi masalah ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi motif bunuh diri di kalangan mahasiswa DIY dan menganalisisnya melalui perspektif filsafat Stoa, khususnya konsep *ataraxia* – yaitu ketenangan batin, bebas dari gangguan emosional. Dengan menggunakan metode kualitatif, yang melibatkan wawancara mendalam dan studi pustaka, penelitian ini mengeksplorasi bagaimana Stoikisme dapat membantu individu dalam mengelola emosi dan tekanan yang sering menjadi pemicu bunuh diri. Selain itu, penelitian ini juga mengintegrasikan perspektif teologi Kristen untuk memahami dan menilai aspek moral serta spiritual dari tindakan bunuh diri. Temuan penelitian menunjukkan bahwa motif bunuh diri di kalangan mahasiswa DIY dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal dan faktor eksternal. Meskipun dalam filsafat Stoa mengakui bunuh diri sebagai pilihan terakhir dalam menghadapi penderitaan, filosofi ini lebih menekankan pada pengendalian diri dan penerimaan terhadap hal-hal yang berada di luar kendali manusia sebagai cara untuk mencapai kebahagiaan sejati dan ketenangan batin. Dengan memahami dan menerapkan prinsip-prinsip Stoa, diharapkan baik mahasiswa dapat menghadapi tantangan emosional dan psikologis mereka dengan lebih baik, sehingga mengurangi risiko bunuh diri.

Kata kunci: Filsafat Stoa, *ataraxia*, bunuh diri mahasiswa, Daerah Istimewa Yogyakarta, sosial, kesehatan mental, teologi Kristen.

ABSTRACT

Suicide Motives from the Perspective of Stoic Philosophy: An Analysis of Suicide Motives Among University Students in the Special Region of Yogyakarta

By: Charella Anggun Ermawati (01200249)

The global suicide rate continues to rise, including in Indonesia, where suicide cases involve students. The Special Region of Yogyakarta (DIY), as an educational hub, has seen a significant increase in suicide cases among students. This phenomenon raises questions about the factors driving suicidal behavior and how Stoic philosophy might offer understanding and solutions to address this issue. This research aims to identify the motives behind suicide among DIY students and analyze them through the lens of Stoic philosophy, particularly the concept of ataraxia – inner peace free from emotional disturbances. Using qualitative methods, including in-depth interviews and literature reviews, this study explores how Stoicism can help individuals manage emotions and pressures that often trigger suicide. Additionally, the research integrates Christian theological perspectives to understand and assess the moral and spiritual aspects of suicidal actions. The finding indicates that the motives for suicide among DIY students are influenced by a combination of internal and external factors. Although Stoic philosophy acknowledges suicide as a last resort in the face of suffering, it emphasizes self-control and acceptance of things beyond human control to achieve true happiness and inner peace. By understanding and applying Stoic principles, it is hoped that students can better face their emotional and psychological challenges, thereby reducing the risk of suicide.

Keywords: Stoic philosophy, ataraxia, students suicide, Special Region of Yogyakarta, social, mental health, Christian theology.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Angka kematian yang disebabkan oleh bunuh diri menjadi perhatian karena mengalami peningkatan dalam beberapa tahun terakhir. *World Health Organization* (WHO) mencatat, setidaknya terdapat lebih dari 800.000 orang meninggal akibat bunuh diri setiap tahunnya.¹ Tingginya angka kematian akibat bunuh diri mengakibatkan bunuh diri menjadi penyebab kematian keempat terbesar pada tahun 2019, dengan mayoritas korban merupakan kelompok usia 15-29 tahun.² Dari data tersebut, dapat dilihat bahwa terdapat kecenderungan kelompok usia remaja hingga dewasa muda yang terlibat dalam kasus bunuh diri secara global.

Angka kematian karena bunuh diri di Indonesia sendiri juga mengalami peningkatan. Asosiasi Pencegahan Bunuh Diri Indonesia mencatat terdapat 670 kasus bunuh diri di tahun 2020.³ Angka tersebut sempat mengalami penurunan di tahun 2021 sebanyak 613 kasus dan kembali meningkat di tahun 2022 menjadi 826 kasus bunuh diri.⁴ Sedangkan di tahun 2023, tercatat dari 1 Januari-18 Oktober 2023 terdapat 971 kasus bunuh diri yang dilaporkan oleh Pusat Informasi Kriminal Nasional (Pusiknas).⁵ Tidak sampai di situ, angka kematian akibat bunuh diri masih terus bertambah dan menjadi perhatian. Terlebih, banyak kasus yang korbannya adalah pelajar dan mahasiswa. Di bulan Januari 2023 mahasiswa ditemukan tewas bunuh diri dengan melompat dari lantai empat kosnya.⁶ Kemudian mahasiswa Universitas Jambi (UNJA) yang ditemukan tewas gantung diri di kamar kosnya pada bulan Maret.⁷ Kasus

¹ World Health Organization, "Suicide," diakses 4 Desember, 2023, <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide>.

² World Health Organization, "Suicide."

³ Asosiasi Bunuh Diri Indonesia, "Statistik Bunuh Diri," diakses 4 Desember, 2023, <https://www.inasp.id/suicide-statistics>.

⁴ Satria Ardi N., "Kementerian Kesehatan Ungkap Kasus Bunuh Diri Meningkat Hingga 826 Kasus," *Universitas Gadjah Mada*, Oktober 13, 2023, <https://ugm.ac.id/id/berita/kementerian-kesehatan-ungkap-kasus-bunuh-diri-meningkat-hingga-826-kasus/>

⁵ Nabila Muhamad, "Ada 971 Kasus Bunuh Diri sampai Oktober 2023, Terbanyak di Jawa Tengah," *Databoks*, Oktober 18, 2023, <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/10/18/ada-971-kasus-bunuh-diri-sampai-oktober-2023-terbanyak-di-jawa-tengah>.

⁶ Zikrullah Shubhy, "Diduga Depresi, Mahasiswa Tewas Usai Loncat dari lantai 4 Kamar Kos," *Berita Satu*, Januari 24, 2023, <https://www.beritasatu.com/news/1021337/diduga-depresi-mahasiswa-tewas-usai-loncat-dari-lantai-4-kamar-kos>.

⁷ Azhari Sultan J., "Jambi Geger! Mahasiswa UNJA Ditemukan Tewas Gantung Diri di Kamar Kos," *Sindo News*, Maret 3, 2023, <https://daerah.sindonews.com/read/1036915/174/jambi-geger-mahasiswa-unja-ditemukan-tewas-gantung-diri-di-kamar-kos-1677794606>.

yang cukup menyita perhatian adalah dua kasus yang terjadi dalam dua hari di Semarang, yakni pada bulan Oktober, seorang mahasiswi tewas setelah melompat dari lantai empat Mall Paragon dan kasus kedua adalah mahasiswa yang ditemukan meninggal dalam kamar kosnya dengan meninggalkan surat wasiat. Kasus bunuh diri menjadi semakin marak di kalangan pelajar dan mahasiswa. Kasus bunuh diri terbaru yakni seorang mahasiswa di salah satu perguruan tinggi swasta di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY), ditemukan tewas gantung diri pada 5 Desember 2023.⁸ Temuan-temuan kasus tersebut menjadi indikasi bahwa terdapat kecenderungan untuk melakukan tindakan bunuh diri di kalangan mahasiswa. Masyarakat pada umumnya memandang usia dan status sebagai mahasiswa sebagai masa yang menyenangkan. Namun, siapa sangka bahwa mahasiswa juga memiliki kecenderungan untuk melakukan tindakan bunuh diri.

Salah satu daerah di Indonesia yang mengalami peningkatan jumlah kasus bunuh diri di kalangan mahasiswa adalah DIY. Mendapat julukan sebagai “kota pelajar”, DIY memang merupakan salah satu provinsi dengan jumlah perguruan tinggi terbanyak di Indonesia, yaitu sekitar 126 perguruan tinggi.⁹ Sebagai kota pelajar, kehidupan di DIY tidak lepas dari dinamika kehidupan seputar perkuliahan dan mahasiswa. Dengan banyaknya perguruan tinggi dan berbagai daya tarik lainnya, DIY menjadi salah satu tujuan untuk menempuh perguruan tinggi. Mayoritas merupakan mahasiswa rantau yang berasal dari berbagai daerah. Mereka memilih untuk melanjutkan pendidikan di DIY dengan harapan untuk memperoleh pengetahuan serta mencapai gelar pendidikan yang diinginkan. Namun, dibalik hiruk pikuk kehidupan akademis, terdapat realita yang cukup mengejutkan bahwa kecenderungan untuk melakukan bunuh diri sering terjadi di kalangan mahasiswa.

Penelitian terdahulu mengenai bunuh diri di DIY, khususnya di daerah Gunung Kidul, sempat menjadi sorotan karena dikaitkan dengan ‘*pulung gantung*’, sebuah mitos yang menyatakan bahwa seseorang yang melakukan bunuh diri (gantung diri) diakibatkan karena melihat atau didatangi ‘*pulung gantung*’, yang digambarkan sebagai bola api oleh masyarakat sekitar. Penelitian terkait bunuh diri di DIY – khususnya di Gunung Kidul – dalam perspektif Stoa, pernah dilakukan dan mendapat kesimpulan bahwa ternyata telah terjadi kesalahpahaman terhadap konsep kebahagiaan hidup yang dihidupi oleh masyarakat, bahwa kebahagiaan itu

⁸ Jauh Hari Wawan S., “Seorang Mahasiswa Ditemukan Gantung Diri di Kos Condongcatur Sleman,” *Detik Jogja*, Desember 6, 2023, <https://detik.com/jogja/berita/d-7074969/seorang-mahasiswa-ditemukan-gantung-diri-di-kos-condongcatur-sleman>.

⁹ Ridha Rosliana, “Ini Daerah yang Memiliki Kampus Paling Banyak di Yogyakarta,” *Solopos Jogja*, Juni 29, 2023, <https://jogja.solopos.com/ini-daerah-yang-memiliki-kampus-paling-banyak-di-yogyakarta-1671554>.

ditentukan oleh kepemilikan atas materi (uang, harta, kekayaan).¹⁰ Konsep kebahagiaan yang tidak tercapai inilah yang menjadi alasan seseorang untuk mengakhiri hidup. Bunuh diri yang dilakukan, dilihat sebagai keputusan seseorang untuk keluar dari penderitaan, baik fisik maupun psikis.

Bunuh diri dipandang sebagai tindakan yang bertentangan dengan nilai-nilai agama. Hal ini dianggap sebagai bentuk tidak bertanggung jawab terhadap kehidupan yang dimiliki. Individu yang melakukan bunuh diri, serta keluarganya, tak jarang mendapat sanksi sosial dari masyarakat sekitar. Sanksi tersebut seringkali dipengaruhi oleh norma-norma budaya dan tradisi yang berlaku. Akibatnya, dampak yang timbul setelah kematian akibat bunuh diri biasanya berkaitan dengan komunikasi dalam keluarga dan masyarakat yang cenderung saling menyalahkan. Selain itu, stigma negatif juga cenderung muncul di lingkungan komunitas keagamaan. Sikap masyarakat ini muncul karena bunuh diri dianggap sebagai bentuk perlawanan terhadap kuasa Ilahi yang mengatur hidup dan mati manusia, atau yang dikenal dengan takdir. Oleh karena itu, bunuh diri dianggap sebagai perbuatan dosa.

Stigma yang melabeli tindakan bunuh diri menunjukkan bahwa banyak orang hanya melihat bunuh diri sebagai perbuatan yang tidak baik dan kurang melihat lebih dalam pada faktor-faktor yang mungkin terlibat dibaliknya. Pemberian label ini justru memperlihatkan adanya sikap kurang empati yang dimiliki oleh masyarakat terhadap korban bunuh diri. Seringkali, seseorang yang sedang mengalami depresi dianggap tidak memiliki iman, kurang beribadah, bahkan dianggap kurang mendekatkan diri kepada Tuhan. Namun, tidak sesederhana itu. Tindakan bunuh diri melibatkan banyak faktor yang menjadi pemicu terjadinya tindakan tersebut.

Setiap manusia memiliki pilihan untuk melanjutkan kehidupannya atau mengakhirinya. Selalu ada alasan seseorang memilih salah satunya, entah karena adanya harapan atau keputusan. Seseorang yang melakukan bunuh diri cenderung dikaitkan dengan keputusan yang dialami. Akan tetapi, tindakan bunuh merupakan masalah yang kompleks sehingga tidak bisa dikatakan bahwa penyebab bunuh diri adalah sebuah faktor tunggal melainkan kemungkinan melibatkan banyak faktor yang tumpang tindih. Karena penderitaan, seseorang memandang bahwa kematian menjadi akhir dari penderitaan yang dialami sehingga seringkali bunuh diri dipandang sebagai solusi terakhir untuk mengakhiri penderitaan dan mengatasi permasalahan yang dialami oleh seseorang.

¹⁰ Kristianti Ananda, "Analisa Fenomena Bunuh Diri di Gunung Kidul dilihat Melalui Pemikiran Stoa dan Teologi Kristen" (Skripsi, Universitas Kristen Duta Wacana, Yogyakarta, 2015), 69, Katalog Universitas Kristen Duta Wacana.

1.1.1. Filsafat Stoa

Manusia sejatinya menginginkan dan akan mengupayakan kebahagiaan dalam hidupnya. Dengan kata lain, tujuan manusia hidup adalah kebahagiaan. Wujud kebahagiaan sendiri bermacam-macam, ada yang mengartikan kebahagiaan sebagai sebuah pencapaian atas prestasi atau jabatan, harta, keturunan, situasi bahkan kebahagiaan diartikan sebagai hasil pencapaian dari kehidupan yang penuh derita ketika di dunia, biasanya dikaitkan dengan kehidupan setelah kematian yang berkenaan dengan kehidupan di surga. Masing-masing orang memiliki *goal* kebahagiaan yang berbeda-beda dan itulah yang juga mereka perjuangkan dalam hidupnya.

Mengharapkan kebahagiaan dirinya di masa depan menjadi rutinitas manusia setiap kali akan mengambil keputusan atau tindakan. Setiap hari – bahkan lebih sering – manusia membayangkan kebahagiaan yang ingin dicapai dalam pikirannya. Tidak ada manusia yang tidak ingin bahagia baik sekarang maupun di masa depan. Dalam imajinasinya tentang masa depan, bukan hanya kebahagiaan yang tercakup di dalamnya, tetapi manusia juga cenderung memiliki kekhawatiran dan ketakutan apabila kebahagiaan dalam imajinasinya tidak tercapai. Ketakutan akan masa depan itulah yang menyebabkan manusia di masa kini mengalami situasi mencekam yang terkadang membawa manusia dalam penderitaan masa kini.

Membahas mengenai kebahagiaan, rasanya masih terlalu *ngawang* bila melupakan filsafat Stoa atau Stoikisme. Konsepsi filsafat yang dihidupi oleh kaum Stoa, agaknya berbeda dengan konsepsi filsafat pada umumnya yang penuh dengan pemikiran filosofis saja. Stoa didirikan oleh Zeno dari Citium sekitar 300 SM di Athena.¹¹ Gagasan Stoa timbul dari pengembangan pemikiran tentang kebajikan (*arete*) dan kebahagiaan (*eudaimonia*). Dalam konsepnya untuk mencapai kebahagiaan, perkembangan Stoa juga mendapat pengaruh dari keberadaan pemikiran-pemikiran sezamannya, seperti Sinisme dan Skeptisme (Pyrrhonisme). Stoa tidak mengakomodasi keseluruhan, hanya sebagian dan dengan kritik serta pengembangan mengenai kebahagiaan yang menjadi tujuan hidup manusia.

Filsafat Stoa bukan berbicara tentang dunia dan apa yang benar atau salah, tetapi filsafat Stoa adalah sikap atau cara hidup.¹² Praktik dalam kehidupan menjadi tuntutan utama dalam filsafat Stoa. Oleh karena itu, Stoikisme mengajak untuk melihat lebih dekat

¹¹ A. Setyo Wibowo, *Ataraxia: Bahagia Menurut Stoikisme* (Yogyakarta: Kanisius, 2019), 2.

¹² John Sellars, *Stoicism* (Durham: Acumen Publishing Limited, 2006), 3.

sebuah realita secara rasional dan membedakan fakta dan opini. Stoikisme secara terang-terangan ingin menunjukkan bahwa penyebab dari ketidakbahagiaan dan berbagai emosi negatif, seperti marah, iri hati, sedih, putus asa, dan lain sebagainya adalah akibat dari opini. Cara manusia yang salah menilai sesuatu atau realita menjadi penyebab ketidakbahagiaannya sendiri.

Tujuan hidup dari Stoikisme adalah kebahagiaan. Dalam Stoa, filsafat menjadi sebuah metode untuk mencapai kebebasan batin (*autarkeia*), kebebasan yang sepenuhnya bergantung pada diri individu. Untuk itulah pengertian filsafat bagi kaum Stoa adalah sebagai laku hidup. Kebahagiaan dipahami bukan sebagai kebahagiaan yang sifatnya sementara, tetapi mengacu pada kualitas hidup seseorang yang selaras dengan *kosmos* dan *Logos*.¹³ Untuk mencapai kebahagiaan, manusia harus hidup dalam *apatheia*, yakni dengan melepaskan dirinya dari semua faktor lahiriah yang merupakan emosi, perasaan dan nafsu.¹⁴ Penderitaan dipahami sebagai akibat dari keinginan manusia akan hal-hal yang diluar jangkauannya – bahkan sesuatu yang tidak mungkin. Sederhananya, Stoikisme mengajarkan manusia untuk meraih apa yang ada dalam jangkauannya. Dengan *apatheia*, manusia akan merasakan ketenangan batin (*ataraxia*) meskipun dalam penderitaannya.

Pertimbangan mengenai keputusan bunuh diri dapat dipandang melalui prinsip hidup dalam filsafat Stoa. Ketika seseorang menyatakan bahwa sesuatu itu baik baginya, Stoa menegaskan bahwa itu seharusnya diartikan sebagai sesuatu yang bernilai, tetapi bukan secara ketat ‘baik’ karena dalam pandangan Stoa, hanya kebajikan yang memegang gelar ‘baik’.¹⁵ Bagi Stoa, kebajikan merupakan suatu disposisi luar biasa dari jiwa yang dapat diidentifikasi dengan rasionalitas sempurna. Kebajikan dianggap memiliki nilai, atau dalam kata lain kebajikan dianggap ‘baik’, karena memberikan kontribusi pada kelangsungan hidup manusia sebagai makhluk rasional.

Kebajikan dalam Stoa mendapat status yang lebih tinggi sebagai ‘baik’. Stoa memberikan tiga alasan yang mendukung pandangan ini. Pertama, karena manusia secara alamiah adalah makhluk rasional, satu-satunya hal yang benar-benar baik bagi mereka adalah yang mempertahankan mereka sebagai makhluk rasional, yaitu kebajikan.¹⁶ Kedua, hal-hal eksternal seperti kesehatan fisik dan kekayaan tidak dapat dianggap baik karena mereka dapat digunakan untuk tujuan yang tidak baik. Ketiga, dan yang paling penting,

¹³ A. Setyo Wibowo, *Ataraxia*, 50.

¹⁴ K. Bertens, *Sejarah Filsafat Yunani* (Yogyakarta: Kanisius, 2018), 232.

¹⁵ John Sellars, *Stoicism*, 110.

¹⁶ John Sellars, *Stoicism*, 111.

kepemilikan eksternal tidak dapat menjamin kebahagiaan, tetapi kepemilikan kebajikan (internal) dapat melakukannya.

Argumen ini mendukung gagasan bahwa keputusan bunuh diri muncul sebagai respon terhadap penderitaan. Dalam keadaan mendesak inilah Stoa menawarkan sebuah pilihan terakhir untuk terlepas dari penderitaan, yaitu bunuh diri.¹⁷ Stoa juga mengenal ajaran deterministik tentang hidup selaras dengan alam, bahwa kosmos diatur oleh Yang Ilahi atau Rasio (*logos*), dan terdapat rasionalitas dibalik setiap peristiwa.¹⁸ Bahwa kehidupan berjalan menurut takdir. Takdir di sini bukan merupakan sebagai sikap pasrah, statis, dan pasif. Namun, dimaknai sebagai sebuah kondisi mengusahakan secara optimal segala sesuatu yang ada dalam jangkauannya. Usaha manusia meraih sesuatu di luar jangkauan dan kapasitasnya inilah yang pada akhirnya dapat menjadi penyebab ketidakbahagiaannya. Fokus yang terletak di luar jangkauan dan kapasitasnya justru mengaburkan kebahagiaan yang ada dalam jangkauannya.

1.2. Permasalahan

Tindakan bunuh diri pada umumnya diawali dengan adanya pikiran atau ide bunuh diri. Motif bunuh diri yang dipahami secara umum, sebenarnya adalah motif yang menjadi latar belakang ide bunuh diri (*suicide ideation*).¹⁹ Data-data dari kasus bunuh diri yang dipublikasikan, sebenarnya lebih menunjukkan jumlah kematian akibat tindakan bunuh diri. Sedangkan, kemunculan ide bunuh diri diperkirakan lebih banyak dari jumlah kematian akibat bunuh diri. Sebab, ide bunuh diri tidak selalu berakhir dengan kematian, sebagian besar hanya berupa ide dan sebagian lainnya dalam bentuk tindakan percobaan bunuh diri (*suicide attempts*).

Bunuh diri menjadi isu kompleks yang seringkali menimbulkan perdebatan, terutama dalam konteks agama. Dalam beberapa tradisi, tindakan bunuh diri yang dilakukan untuk mempertahankan nilai (*value*) kehidupan yang diyakini, dipandang sebagai sesuatu yang agung, dan bisa diterima, bahkan dianggap sakral.²⁰ Misalnya saja, tradisi ‘Sati’ di India, di mana seorang janda mengorbankan dirinya dengan cara dibakar hidup-hidup bersama jasad suaminya. Dalam tradisi ini, pengorbanan diri istri dipandang sebagai bentuk pengabdian dan

¹⁷ Seneca, *How to Die: An Ancient Guide to End of Life*, terj. James S. Romm (New Jersey: Princeton University Press, 2018), ix.

¹⁸ A. Setyo Wibowo, *Ataraxia*, 57.

¹⁹ E. David Klonsky dan Alexis M. May, “Differentiating Suicide Attempters from Suicide Ideator: A Critical Frontier for Suicidology Research,” *Suicide and Life-Threatening Behavior* 44, no. 1 (2014), 1.

²⁰ Antoon A. Leenaars, “Suicide and Human Right: A Suicidologist’s Perspective,” *Health and Human Right* 6, no. 2 (2003): 136, <https://doi.org/10.2307/4065433>.

kesetiaan tertinggi, di mana ia mengikuti suaminya ke kehidupan selanjutnya. Namun, praktik ini menuai kritik dan dianggap sebagai pelanggaran hak manusia sehingga kemudian dilarang secara hukum.

David Hume, salah seorang filsuf Barat yang membahas mengenai bunuh diri. Dalam esainya “*On Suicide*”, Hume mengemukakan pandangan bahwa bunuh diri bukanlah merupakan sebuah kejahatan. Hume dengan tegas membantah dengan berargumen bahwa bunuh diri bukan bentuk pelanggaran terhadap kewajiban manusia terhadap Tuhan, masyarakat atau diri sendiri.²¹ Sebaliknya, ia menganggap bunuh diri sebagai tindakan yang wajar dan berani yang dilakukan seseorang ketika beban kehidupan tak tertahankan dan tanpa harapan. Dengan kata lain, Hume mendukung gagasan bahwa manusia memiliki otoritas mutlak atas eksistensinya dan keputusan mengenai keberlanjutan hidupnya. Sederhananya, dalam konteks ini Hume melihat bunuh diri sebagai ekspresi dari kebebasan individu dan merupakan hak manusia atas hidupnya.

Di sisi lain, pandangan agama bertentangan dengan pikiran Hume. Dalam kekristenan, perintah “Jangan membunuh” yang terdapat dalam Keluaran 20:13 sering diinterpretasikan sebagai larangan tidak hanya terhadap pembunuhan orang lain, tetapi juga terhadap bunuh diri. Interpretasi ini didukung oleh Agustinus dari Hippo, yang berpendapat bahwa perintah tersebut melarang semua bentuk pembunuhan, termasuk bunuh diri.²² Ia menegaskan bahwa umat Kristen seharusnya memilih untuk menderita daripada melakukan dosa ini, karena kehidupan adalah anugerah dari Tuhan. Pandangan ini berakar dari keyakinan bahwa hanya Tuhan yang memiliki hak mutlak atas kehidupan dan kematian manusia.

Namun, perspektif keagamaan yang tradisional tersebut rupanya sering tidak mempertimbangkan faktor psikologis dan sosial yang berkontribusi terhadap perilaku bunuh diri. Stoikisme memberikan pandangan berbeda yang melihat bahwa penderitaan tersebut muncul sebagai bentuk kesalahan dalam berpikir dan memaknai suatu realitas yang terjadi.²³ Kesalahan tersebut memberikan pengaruh besar pada cara seseorang melihat dan mengartikan kehidupannya. Oleh sebab itu, Stoa menekankan supaya manusia berpikir dan bertindak menurut rasionalitasnya, yang selaras dengan alam.

Kodrat manusia dalam pemikiran Stoa adalah makhluk rasional. Dalam pemikiran Stoa terdapat situasi di mana kematian secara fisik dianggap lebih tepat daripada kematian manusia

²¹ Leenaars, “Suicide and Human Right,” 138-139.

²² Christopher C. H. Cook, “Suicide and Religion,” *The British Journal of Psychiatry* 204, no.4 (2014), <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.113.136069>.

²³ A. Setyo Wibowo, *Ataraxia*, 35.

sebagai makhluk rasional.²⁴ Pemikiran tersebut kemudian digunakan sebagai pembelaan terhadap bunuh diri. Seneca, yang merupakan tokoh penting dalam Stoa, menerima paksaan bunuh diri dari Nero. Selain itu, Zeno dan Cleanthes, juga dilaporkan mengambil keputusan untuk bunuh diri.²⁵ Keberadaan argumen ini menjadi dilema dalam merespon perilaku bunuh diri. Namun, itu semua perlu ditelisik lebih dalam untuk menemukan perspektif yang dapat memberikan titik terang dalam menilai perilaku bunuh diri.

Kemunculan ide hingga percobaan bunuh diri merupakan respon seseorang terhadap realitas yang dialami. Ini tidak hanya tentang dirinya seorang, tetapi terdapat unsur lain di luar diri yang berkontribusi membentuk realitas. Meskipun pada beberapa kasus, bunuh diri dikaitkan dengan kondisi kesehatan mental seseorang, misalnya kecenderungan perilaku bunuh diri pada penderita gangguan bipolar dan skizofrenia. Namun, rasionya masih jauh di bawah dibandingkan kasus dari populasi umum.²⁶ Pandangan Stoa menekankan pentingnya peran bagian internal diri manusia dalam memengaruhi perilaku bunuh diri, namun juga mengakui bahwa manusia adalah makhluk yang memiliki relasi sosial dengan lingkungannya, yang berarti ia terhubung dengan apa yang menjadi bagian eksternal dirinya. Secara tidak langsung bagian eksternal manusia memiliki kontribusi dalam memengaruhi pemikiran dan tindakannya terkait bunuh diri.

Dengan demikian, perdebatan mengenai bunuh diri tidak hanya terbatas pada interpretasi agama atau filosofi individual, tetapi juga mencakup dinamika sosial yang kompleks. Perilaku bunuh tidak muncul begitu saja tanpa sebab. Oleh karena itu, penting untuk mengetahui motif yang menjadi latar belakang munculnya ide bunuh diri, secara khusus di kalangan mahasiswa DIY. Filsafat Stoa menjadi kacamata yang relevan dalam melihat situasi ini, karena filosofi tersebut menawarkan pemahaman tentang bagaimana tujuan hidup dan kebahagiaan dipahami. Melalui perspektif Stoa, kita dapat mengeksplorasi bagaimana pemaknaan realitas dan pengaruh lingkungan sosial berkontribusi terhadap kesejahteraan mental mahasiswa, serta bagaimana intervensi yang tepat dapat dirumuskan untuk mencegah bunuh diri di kalangan mahasiswa.

1.2.1. Rumusan Masalah

Stoikisme menekankan rasionalitas, kebajikan dan ketenangan batin (*ataraxia*) dalam tujuan mencapai kebahagiaan. Akan tetapi Stoikisme belum banyak dieksplorasi

²⁴ John Sellars, *Stoicism*, 108-109.

²⁵ John Sellars, *Stoicism*, 109.

²⁶ Peter Dome, Zoltan Rihmer, Xenia Gonda, "Suicide Risk in Bipolar Disorder: A Brief Review," *Medicina* 55, no. 403 (Juli 2019): 2, <https://doi.org/10.3390/medicina55080403>.

dalam kaitannya dengan bunuh diri. Hal ini memberikan peluang bagi Penulis untuk menyelidiki perspektif Stoa, secara khusus tentang ketenangan batin (*ataraxia*) berkaitan dengan motif bunuh diri dan implikasinya terhadap wacana teologis. Adapun pertanyaan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana konsep ketenangan batin (*ataraxia*) dalam Stoikisme dapat memberikan pemahaman terhadap motif dan faktor-faktor yang terlibat dalam perilaku bunuh diri di kalangan mahasiswa di DIY?
2. Bagaimana etika dalam pandangan Stoikisme memengaruhi pemahaman terhadap perilaku bunuh diri, khususnya dalam konteks pencarian solusi terakhir atas penderitaan yang dialami individu?
3. Bagaimana teologi Kristen memberikan kontribusi pada pemahaman mengenai perilaku bunuh melalui perspektif Stoa?

1.3. Batasan Masalah

Batasan masalah penelitian ini berfokus pada kelompok usia remaja hingga dewasa muda, terutama mahasiswa di DIY, yang telah mengalami keinginan atau tindakan percobaan bunuh diri. Selain sebagai kota pelajar, kehidupan mahasiswa di DIY yang sebagian besar merupakan perantau juga memiliki dinamika yang cukup komplis berkaitan dengan dirinya sendiri, keluarga, pendidikan, lingkungannya dan ekonomi. Tujuan utama penelitian adalah untuk memahami faktor-faktor yang menjadi latar belakang timbulnya keinginan bahkan tindakan bunuh diri di kalangan mahasiswa. Analisis motif bunuh diri akan dilakukan dengan menggunakan pendekatan interpretatif terhadap literatur filsafat Stoa, yang dianggap relevan karena konsep ketenangan batin (*ataraxia*) dalam aliran ini diyakini memengaruhi keputusan bunuh diri. Literatur filsafat Stoa akan menjadi dasar analisis, sementara kerangka respon teologis akan melibatkan literatur lainnya yang relevan tindakan bunuh diri. Penelitian ini bertujuan sebuah aliran filosofi yang diyakini memberikan wawasan dalam memahami pandangan hidup dan ketenangan batin sebagai faktor-faktor potensial yang dapat memengaruhi keputusan bunuh diri.

1.4. Usulan Judul

Judul yang diajukan oleh Penulis untuk topik yang telah dipilih adalah sebagai berikut:

“Motif Bunuh Diri ditinjau dari Filsafat Stoa: Analisis Motif Bunuh Diri di
Kalangan Mahasiswa di Daerah Istimewa Yogyakarta”

1.5. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang mengkombinasikan studi pustaka mengenai Stoikisme dan wawancara mendalam terkait motif bunuh diri. Metode ini dipilih karena memungkinkan Penulis untuk mendapatkan pemahaman mendalam melalui interaksi langsung dengan subjek penelitian. Pendekatan ini akan melibatkan wawancara dengan subjek yang memiliki pengalaman terkait dengan perilaku bunuh diri di kalangan mahasiswa.

Data penelitian akan dikumpulkan melalui kombinasi studi pustaka, pengambilan sampel, dan wawancara mendalam dengan partisipan yang memiliki pengalaman langsung atau wawasan yang relevan terkait dengan perilaku bunuh diri di kalangan mahasiswa. Subjek penelitian akan melibatkan lima partisipan yang berada di DIY dan berstatus sebagai mahasiswa atau mereka yang pernah menjadi mahasiswa dan terlibat dalam perilaku bunuh diri.

Wawancara mendalam akan menjadi metode utama untuk mengumpulkan data, karena memungkinkan Penulis untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang motif, faktor-faktor pemicu, dan pengalaman subjek terkait dengan perilaku bunuh diri. Selain itu, data dari studi pustaka akan digunakan untuk mendukung dan melengkapi hasil wawancara. Setelah data terkumpul, analisis data akan dilakukan dengan menggunakan pendekatan kualitatif, di mana data akan dianalisis untuk mengidentifikasi pola dan konsep yang muncul dari wawancara dan studi pustaka. Hasil analisis akan diinterpretasikan dalam konteks konsep-konsep Stoikisme, seperti ketenangan batin (*ataraxia*), rasionalitas, dan takdir.

Melalui pendekatan ini, penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam tentang motif bunuh diri di kalangan mahasiswa, serta kontribusi potensial Stoikisme dalam memahami fenomena bunuh diri. Penekanan pada pendekatan kualitatif memungkinkan Penulis untuk menjelajahi pemahaman yang lebih luas mengenai perilaku bunuh diri.

1.6. Tujuan Penelitian

Bunuh diri menjadi fenomena yang menyita perhatian sebab melibatkan kelompok usia remaja-dewasa. Kelompok usia yang pada umumnya dipandang berada di masa muda – identik dengan kesenangan – justru terlibat dan menyumbang angka cukup tinggi dalam kasus bunuh diri. Tentu saja ini berkaitan dengan faktor psikologis, tetapi manusia juga memiliki kebebasan dalam pilihannya. Pilihan inilah yang memantik sebuah penilaian moral terhadap keputusan yang diambil.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi bagaimana konsep *ataraxia* dalam Stoikisme dapat memberikan pemahaman yang mendalam terhadap motif dan faktor-faktor yang memengaruhi perilaku bunuh diri di kalangan mahasiswa di DIY. Dengan memahami konsep *ataraxia*, penelitian ini berusaha untuk menggali lebih dalam mengenai bagaimana pemahaman tersebut dapat membantu individu dalam mengelola emosi dan tekanan yang seringkali menjadi pemicu utama dalam tindakan bunuh diri. Selain itu, penelitian ini juga akan menganalisis pengaruh etika Stoikisme terhadap pemahaman tentang tindakan bunuh diri, khususnya dalam pencarian solusi terakhir atas penderitaan individu, dan relevansinya dengan kondisi sosial mahasiswa di DIY. Dengan kata lain, penelitian ini bertujuan mengeksplorasi bagaimana nilai-nilai Stoikisme dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa untuk menghadapi dan mengatasi tantangan psikologis dan emosional yang mereka alami.

Selain itu, penelitian ini juga menjelaskan kontribusi perspektif teologi Kristen dalam pemahaman bunuh diri melalui perspektif Stoikisme dan dampaknya terhadap sikap masyarakat terhadap bunuh diri di kalangan mahasiswa. Dengan menggabungkan pendekatan teologis dan filosofis Stoikisme, penelitian ini bertujuan untuk memberikan pandangan yang komprehensif mengenai fenomena bunuh diri. Perspektif teologi Kristen akan membantu dalam menilai aspek moral dan spiritual dari tindakan bunuh diri, sementara pendekatan Stoikisme akan menawarkan alat praktis untuk mencapai ketenangan batin dan pengendalian diri. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan tidak hanya memberikan pemahaman yang lebih baik tentang penyebab dan faktor-faktor yang memengaruhi bunuh diri di kalangan mahasiswa, tetapi juga menawarkan solusi yang holistik untuk mengurangi angka bunuh diri serta meningkatkan kesejahteraan mental dan emosional mahasiswa di DIY.

1.7. Sistematika Penulisan

Bab I Pendahuluan

Pada bab ini Penulis akan menjelaskan hal-hal apa saja yang akan dimuat dalam penelitian ini yang meliputi latar belakang, permasalahan, rumusan masalah dan pertanyaan penelitian, usul judul, metode yang digunakan dalam penelitian dan sistematika penulisan.

Bab II Stoikisme dan Bunuh Diri

Pada bab II, Penulis akan memberikan penjelasan terkait teori yang akan digunakan sebagai tinjauan utama dalam penelitian ini. Teori yang digunakan sebagai tinjauan utama adalah tentang Stoikisme. Stoikisme atau Stoa merupakan pemikiran filsafat yang

menekankan pentingnya kebajikan dan mengajarkan untuk hidup selaras dengan Alam, serta pentingnya pengendalian diri untuk mencapai kebahagiaan yang sejati.

Selain itu, pembahasan mengenai bunuh diri dan manusia juga akan dibahas dalam bab ini sebagai pelengkap dalam menjadi dasar melihat perilaku yang mencakup ide dan tindakan percobaan bunuh diri di kalangan mahasiswa di DIY.

Bab III Motif Bunuh Diri di Kalangan Mahasiswa

Pada bab ini, Penulis akan melakukan penelitian yang berfokus pada mahasiswa yang memiliki pengalaman terkait perilaku bunuh diri. Penelitian ini nantinya dilakukan dengan pengumpulan data melalui wawancara, di mana mahasiswa yang menjadi subjek penelitian akan diminta untuk berbagai pengalaman mereka terkait perilaku bunuh diri. Hasil wawancara kemudian akan dianalisis sebelum nantinya akan ditinjau menggunakan tinjauan utama dalam penelitian.

BAB IV Pembahasan dan Tinjauan Teologis

Melalui penelitian yang dilakukan, Penulis akan menggunakan hasil analisis dari wawancara sebagai acuan untuk ditinjau menggunakan teori Stoa, kemudian menyimpulkan hasil dari tinjauan tersebut. Dalam bab ini juga akan dijelaskan mengenai refleksi teologis terhadap perilaku bunuh diri yang dilihat dari perspektif Stoikisme.

BAB V Kesimpulan dan Saran

Bab terakhir ini akan berisi kesimpulan dari seluruh penelitian dan tinjauan yang telah dilakukan. Selain itu, bab ini juga akan memuat saran praktis terkait topik permasalahan yang dibahas serta rekomendasi untuk penelitian selanjutnya di masa depan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Pengantar

Sebagaimana yang termuat dalam bab 1, maka di dalam bab 5 ini, Penulis akan menyajikan kesimpulan dari penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan. Pada bab ini, Penulis akan memaparkan kembali pertanyaan-pertanyaan penelitian pada bab 1. Selain itu, pada bagian ini, Penulis akan memberikan saran-saran yang relevan berdasarkan temuan penelitian.

5.2. Kesimpulan Akhir

Perilaku bunuh diri harus diakui merupakan sebuah fenomena gunung es, di mana motif yang tampak dari luar sebenarnya tidak mewakili realitas yang ada pada pelaku – sekaligus korban. Terkadang motif yang tampak, dianggap sebagai suatu yang remeh oleh pandangan masyarakat. Padahal terdapat faktor-faktor yang tidak terlihat dibalikinya, yang menumpuk dan akhirnya meledak dalam bentuk emosi yang intens, dan kemudian mendorong seseorang untuk berpikir bahkan melakukan bunuh diri. Sederhananya, bunuh menjadi pilihan karena tidak melihat adanya harapan dan kebahagiaan dalam hidup. Dalam konteks ini, Stoikisme menawarkan konsep *ataraxia* untuk mencapai kebahagiaan tertinggi dalam hidup manusia. Tidak bisa dipungkiri bahwa kehidupan manusia tidak dapat dilepaskan dari berbagai peristiwa, termasuk peristiwa yang membuatnya dalam situasi penderitaan, maka pada bagian ini Penulis akan menjawab pertanyaan pertanyaan penelitian yang telah dipaparkan pada Bab 1.

Seperti yang diketahui, bahwa bunuh diri di kalangan mahasiswa di DIY tidak hanya berkaitan dengan faktor internal, melainkan dominan dipengaruhi oleh faktor eksternal. *Ataraxia* dalam Stoikisme dipahami sebagai kondisi keterbebasan dari gangguan yang memengaruhi seseorang menjadi tidak rasional terhadap hidupnya. Untuk terbebas dari gangguan tersebut, seseorang harus mampu mengetahui batas kendali dirinya. Stoikisme mengajarkan pentingnya membedakan hal-hal yang berada dalam kendali kita dan yang tidak. Segala sesuatu yang dapat dikendalikan oleh manusia adalah hal-hal yang berkaitan dengan kebebasannya dalam berpikir, mengambil keputusan dan bertindak. Respon manusia terhadap realita dapat secara bebas ia tentukan sendiri, dan inilah merupakan kendali manusia. Sedangkan, di luar itu, manusia tidak memiliki kuasa untuk mengubah realita yang terjadi. Dengan berfokus pada hal yang dapat dikendalikan, dan penerimaan atas yang eksternal,

seseorang dapat mengurangi dampak negatif dari kondisi sosial dan emosional yang dapat menggangukannya dalam menggunakan rasionalitasnya.

Kecenderungan meletakkan kebahagiaan pada hal-hal eksternal, seperti teman, keluarga, dan hal eksternal lainnya menyebabkan kebahagiaan tersebut rawan untuk mengalami perubahan, bahkan menjadi suatu kekecewaan. Ketika kita menggantungkan kebahagiaan kita pada orang lain, kita menyerahkan kendali emosional kita kepada mereka, yang pada akhirnya menyebabkan ketidakstabilan emosional. Manusia adalah makhluk yang dinamis dan selalu berubah; perilaku, pikiran, dan perasaan mereka dapat berubah seiring waktu sesuai dengan berbagai faktor yang memengaruhi. Perubahan ini seringkali tidak dapat diprediksi dan dikendalikan oleh orang lain kecuali individu tersebut mengizinkan pihak luar untuk memiliki pengaruh atas dirinya. Dengan demikian, menggantungkan kebahagiaan pada hal eksternal, termasuk sesama manusia merupakan hal tidak rasional yang berdampak pada kemungkinan tindakan yang juga tidak rasional. Ketika kebahagiaan tidak diraih dan justru berakhir dengan kekecewaan dan putus asa. Jika, perasaan itu ekstrim, maka ada kemungkinan bahwa dalam situasi tersebut, individu melihat bahwa satu-satunya cara untuk melepaskan beban penderitaan dengan cara bunuh diri.

Penderitaan hidup menjadi alasan utama seseorang mempertanyakan kehidupannya pantas dipertahankan atau tidak. Berdasarkan hasil penelitian, mahasiswa – dan seusianya – ketika mereka terpengaruh emosi-emosi negatif yang timbul dari eksternal dan membuat mereka menderita, kemudian mereka menganggap bahwa kehidupan sudah tidak ada lagi harapan dan bunuh diri menjadi solusi. Bagi Stoa, itu tidak rasional. Dalam menghadapi penderitaan, seseorang harus melihatnya sebagai bagian dari tatanan alam yang lebih besar, yang memiliki tujuan dan makna. Penderitaan mestinya dipandang sebagai kesempatan untuk berlatih mengendalikan emosi, mengaplikasikan nilai kebajikan dan rasionalitas manusia untuk merespon peristiwa. Karena sejatinya tidak ada manusia yang benar-benar bijak dalam pengertian Stoa, tetapi karena kehidupan merupakan sebuah proses yang berkelanjutan, maka penderitaan merupakan bagian dari proses yang harus ditanggapi dengan rasional dan bijak. Oleh sebab itu, penderitaan harus diterima, bukan dihindari dengan cara melarikan diri dari partisipasi kehidupan.

Mengenai penderitaan yang harus diterima dengan bijak dan menjadi sarana berlatih diri, teologi Kristen pun menyuarakan hal serupa mengenai penderitaan. Penderitaan dipahami sebagai bentuk latihan iman untuk memperdalam hubungan manusia dengan Tuhan. Melalui penderitaan, ketahanan iman seseorang diuji dan pada situasi tersebut, manusia dituntut untuk bijaksana dalam menilai penderitaan yang dialami dan bukan dilihat sebagai sebuah akhir

kehidupannya. Penderitaan Yesus Kristus di kayu salib untuk menebus dosa manusia, memberikan pemahaman bahwa penderitaan yang terjadi memiliki maksud dan tujuan Ilahi yang membawa pada transformasi iman.

Dalam Stoikisme, tindakan yang berdasarkan kebajikan dan rasionalitas sangat penting, terutama ketika menghadapi kesulitan dan penderitaan. Stoikisme menilai bahwa perilaku bunuh diri dalam penelitian ini merupakan tindakan yang tidak rasional dan tidak bertanggung jawab karena bertentangan dengan prinsip utama mereka, yaitu ketenangan batin dan kebijaksanaan dalam menghadapi realitas. Sebab, perilaku bunuh diri yang terjadi berdasarkan penelitian ini memperlihatkan kondisi psikologis yang dialami oleh seseorang sehingga memengaruhi cara berpikir rasionalnya. Penderitaan sebagai bagian yang tidak terelakkan dari proses kehidupan manusia harus dihadapi dengan kebijaksanaan, karena tindakan yang didorong oleh emosi yang tidak terkontrol, seperti bunuh diri, menunjukkan kegagalan dalam mencapai ketenangan batin dan bunuh diri dinilai sebagai pilihan yang tragis.

Di sisi lain, dalam teologi Kristen, tindakan manusia dievaluasi berdasarkan ajaran Kristus dan tujuan hidup sesuai dengan kehendak Tuhan. Hidup manusia merupakan karunia Tuhan, sehingga hanya Tuhan yang bisa memutuskan kapan hidup dan mati manusia.¹¹⁹ Ketika seseorang berpikir bahkan sampai mengambil keputusan untuk bunuh diri, hal tersebut dinilai tidak menghargai hidup sebagai anugerah Tuhan. Dengan demikian, meskipun Stoikisme dan teologi Kristen memiliki kerangka yang berbeda dalam menilai tindakan bunuh diri, tetapi keduanya menegaskan bahwa bunuh diri bukanlah solusi yang tepat untuk merespon penderitaan.

Penting diketahui bahwa manusia hidup tidak hidup sendiri, tetapi hidup dalam suatu lingkungan sosial. Dalam lingkungan sosial individu terlibat dalam dialog dan hubungan timbal balik yang membentuk cara mereka menilai dan merespon kehidupan. Seringkali, seorang mampu bertahan hidup karena lingkungan atau komunitas di sekelilingnya memupuk rasa cinta dan penghargaan terhadap hidup. Hal ini menjadi motivasi tersendiri bagi individu untuk menghargai hidup sebagai anugerah yang diberikan Tuhan. Komunitas dapat menjadi sumber pengharapan dan dukungan, membantu individu menemukan makna dan tujuan hidup mereka. Ketika menghadapi kesulitan, banyak orang mencari dukungan dari komunitas atau teman-teman mereka untuk menilai realitas dan mendapatkan perspektif lebih positif.

¹¹⁹ James Rachels, *Filsafat Moral*, terj. A. Sudiarja (Yogyakarta: Kanisius, 2004), 173.

5.3. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah Penulis simpulkan di atas, maka dalam bagian ini Penulis mengemukakan beberapa saran bagi pembaca, gereja dan komunitas dan penelitian berikutnya. Pembaca perlu dipahami bahwa perilaku bunuh diri merupakan fenomena yang kompleks dan tidak hanya didorong oleh satu faktor tunggal. Menggali lebih dalam tentang prinsip-prinsip Stoikisme dapat membantu individu mengelola stres dengan lebih rasional. Selain itu, penting bagi pembaca untuk mengakui peran dukungan sosial dalam menghadapi tantangan hidup. Membangun dan memelihara jaringan sosial yang mendukung serta menawarkan bantuan kepada orang lain yang mungkin mengalami kesulitan emosional dapat menjadi langkah preventif yang efektif terhadap kecenderungan perilaku bunuh diri.

Kedua, bagi Gereja. Gereja perlu membuka diri untuk melakukan pendekatan yang holistik dengan memahami bahwa motif-motif di balik perilaku bunuh diri tidak selalu berkaitan dengan iman, tetapi dinamika kehidupan seseorang dan lingkungannya juga berpengaruh. Stoikisme menjadi referensi dalam menghadirkan konsep-konsep untuk mencapai ketenangan batin yang diharapkan dapat mengurangi tendensi seseorang untuk bunuh diri. Penelitian ini, juga menampilkan faktor-faktor psikologis dan sosial yang dapat menjadi pertimbangan dalam melihat fenomena bunuh diri. Penulis berharap melalui pertimbangan tersebut, fenomena bunuh diri dapat direspon dengan terbuka. Oleh sebab itu, Penulis menyarankan Gereja untuk memiliki program seperti konseling dan berbagai program kegiatan yang berkaitan dengan pengelolaan stres, kesehatan mental dan pemberdayaan komunitas untuk mencegah perilaku bunuh diri. Integrasi ajaran teologis mengenai penderitaan dan pengharapan ke dalam materi khotbah, diskusi dan program bimbingan dapat membantu anggota gereja memahami makna penderitaan sebagai kesempatan untuk pertumbuhan spiritualitas dan pribadi.

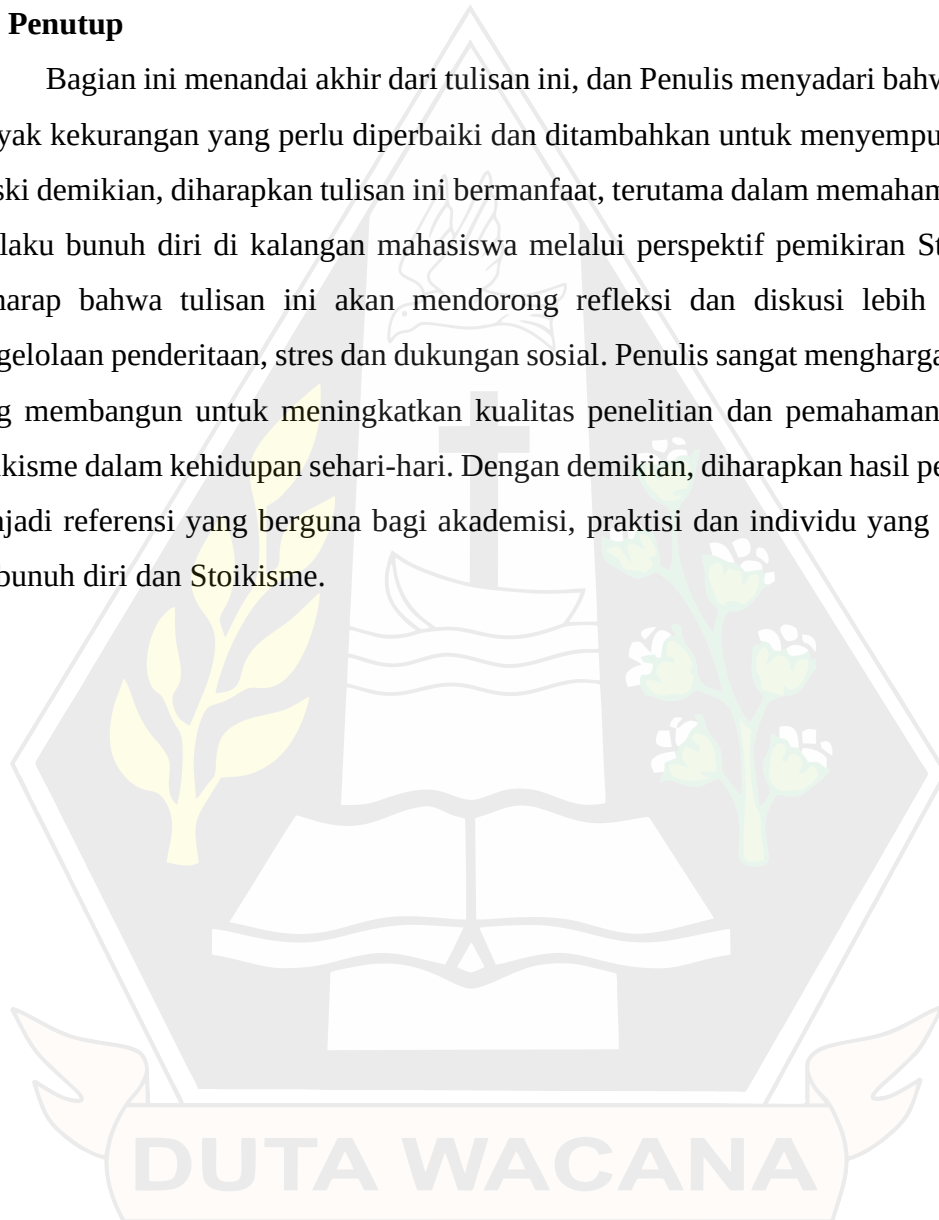
Penting bagi komunitas, khususnya komunitas sebaya untuk saling memberikan dukungan emosional kepada sesamanya. Salah satu cara efektif untuk mewujudkan dukungan ini adalah melalui program Konseling Sebaya, di mana anggota komunitas dilatih untuk menjadi konselor bagi teman-teman mereka sendiri. Program ini tidak hanya memberikan pelatihan keterampilan komunikasi dan empati kepada para peserta, tetapi juga memperkuat hubungan antaranggota komunitas. Konseling Sebaya ini berfungsi sebagai jembatan penting dalam menyediakan dukungan emosional yang mungkin tidak dapat diakses melalui layanan profesional.

Kemudian bagi penelitian berikutnya, untuk memahami perilaku bunuh diri secara holistik diperlukan pendekatan multidimensi untuk memahami motivasi dan faktor yang

terlibat. Integrasi berbagai pendekatan – seperti psikologi, sosiologi, dan biologi – diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam dan solusi yang lebih efektif dalam menangani perilaku bunuh diri di kalangan mahasiswa. Dengan memadukan berbagai disiplin ilmu, akan berpotensi untuk menemukan dan mengidentifikasi pola-pola yang mungkin tidak terlihat sebelumnya.

5.4. Penutup

Bagian ini menandai akhir dari tulisan ini, dan Penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan yang perlu diperbaiki dan ditambahkan untuk menyempurnakan karya ini. Meski demikian, diharapkan tulisan ini bermanfaat, terutama dalam memahami dan menangani perilaku bunuh diri di kalangan mahasiswa melalui perspektif pemikiran Stoikisme. Penulis berharap bahwa tulisan ini akan mendorong refleksi dan diskusi lebih lanjut mengenai pengelolaan penderitaan, stres dan dukungan sosial. Penulis sangat menghargai kritik dan saran yang membangun untuk meningkatkan kualitas penelitian dan pemahaman tentang aplikasi Stoikisme dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi yang berguna bagi akademisi, praktisi dan individu yang ingin memahami isu bunuh diri dan Stoikisme.



DAFTAR PUSTAKA

Buku

- Anugrah, Dimas, dan Jessica N. Layantara. *Filosofi Kematian: Rahasia Hidup Bahagia di Zaman Ini*. Yogyakarta: Kanisius, 2024.
- Bertens, K. *Sejarah Filsafat Yunani*. Yogyakarta: Kanisius, 2018.
- Brownlee, Malcolm. *Pengambilan Keputusan Etis dan Faktor-faktor di Dalamnya*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2014.
- Fletcher, Verne H. *Lihatlah Sang Manusia: Suatu Pendekatan pada Etika Kristen Dasar*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2012.
- Gupta, Anoop. *Kierkegaard's Romantic Legacy: Two Theories of the Self*. University of Ottawa Press, 2005. <https://doi.org/10.2307/j.ctt1ckpgbc>.
- Hadiwijono, Harun. *Iman Kristen*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2016.
- Massie, Pascal. "Ataraxia: Tranquility at the End." Dalam *A Companion to Ancient Philosophy*, editor Sean D. Kirkland and Eric Sanday, 383-408. Illinois: Northwestern University Press, 2018.
- Rachels, James. *Filsafat Moral*. Terjemahan A. Sudiarja. Yogyakarta: Kanisius, 2004.
- Sellars, John. *Stoicism*. Durham: Acumen Publishing Limited, 2006.
- Seneca. *How to Die: An Ancient Guide to the End of Life*. Terjemahan James S. Romm. New Jersey: Princeton University Press, 2018.
- Seneca, Lucius Annaeus. *Letters on Ethics: To Lucilius*. Terjemahan Margaret Graver dan A. A. Long. Chicago: The University of Chicago Press, 2015.
- Sihotang, Kasdin. *Filsafat Manusia: Jendela Menyingkap Humanisme*. Yogyakarta: Kanisius, 2018.
- Snijders, Adelbert. *Antropologi Filsafat: Manusia, Paradoks dan Seruan*. Yogyakarta: Kanisius, 2004.
- Snyder, C. R., dkk. "Hope Theory: A Member of the Positive Psychology Family." Dalam *Handbook of Positive Psychology*, editor C. R. Snyder dan Shane J. Lopez, 257-276. New York: Oxford University Press, 2002.
- Suseno, Franz Magnis. *Etika Dasar: Masalah-masalah Pokok Filsafat Moral*. Yogyakarta: Kanisius, 1987.
- _____. *Menjadi Manusia: Belajar dari Aristoteles*. Yogyakarta: Kanisius, 2009.
- Wibowo, A. Setyo. *Ataraxia: Bahagia Menurut Stoikisme*. Yogyakarta: Kanisius, 2019.

Wibowo, Wahyu S. *Aku Tuhan dan Sesama: Butir-butir Pemikiran Martin Buber tentang Relasi Manusia dan Tuhan*. Yogyakarta: Penerbit Sunrise, 2017.

Jurnal

- Aini, Khusnul dan Nur Wulan. "Pengalaman Trauma Masa kecil dan Eksplorasi Inner Child pada Mahasiswa Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan: Studi Fenomenologi." *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Science Journal* 104, no.1 (2023): 33-40. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v14i01.684>.
- Caruth, Cathy. "Unclaimed Experience: Trauma and the Possibility of History." *Yale French Studies*, no. 79 (1991): 181-92. <https://doi.org/10.2307/2930251>.
- Cholbi, Michael J. "Kant and the Irrationality of Suicide." *History of Philosophy Quarterly* 17, no. 2 (2000): 159-176 <http://www.jstor.org/stable/27744847>.
- Cook, Christopher C. H. "Suicide and Religion." *The British Journal of Psychiatry* 204, no.4 (2014): 254-55. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.113.136069>.
- Dome, Peter, Zoltan Rihmer, dan Xenia Gonda. "Suicide Risk in Bipolar Disorder: A Brief Review." *Medicina* 55, no. 8 (Juli 2019): 408. <https://doi.org/10.3390/medicina55080403>.
- Greene, Lloyd dan George Burke. "Beyond Self-Actualization." *Journal of Health and Human Service Administration* 30, no. 2 (2007): 116-128. <http://www.jstor.org/stable/41288077>.
- Klonsky, E. David dan Alexis M. May. "Differentiating Suicide Attempters from Suicide Ideator: A Critical Frontier for Suicidology Research." *Suicide and Life-Threatening Behavior* 44, no. 1 (2013): 1-5. <https://doi.org/10.1111/sltb.12068>.
- Kusumadewi, A. F., Yoga, B. H., Sumarni, S., & Ismanto, S. H. "Self-Harm Inventory (SHI) Versi Indonesia Sebagai Instrumen Deteksi Dini Perilaku Self-Harm." *Jurnal Psikiatri Surabaya* 8, no. 1 (Juni 2019): 20-25. <https://doi.org/10.20473/jps.v8i1.15009>.
- Leenaars, Antoon A. "Suicide and Human Right: A Suicidologist's Perspective." *Health and Human Right* 6, no. 2 (2003): 124-148. <https://doi.org/10.2307/4065433>.
- Moran, Jerome. "Aristotle on Eudaimonia ('Happiness')." *Think* 17, no. 48 (2018): 91-99. <https://doi.org/10.1017/S1477175617000355>.
- Mukkarromah, Luluk. "Dinamika Psikologis pada Pelaku Percobaan Bunuh Diri." *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Islam (JPI)* 11, no. 2 (2014): 31-36. <https://doi.org/10.18860/psi.v11i2.6387>.

Website

- Ardi N., Satria. "Kementerian Kesehatan Ungkap Kasus Bunuh Diri Meningkat Hingga 826 Kasus." *Universitas Gadjah Mada*, Oktober 13, 2023. <https://ugm.ac.id/id/berita/kementerian-kesehatan-ungkap-kasus-bunuh-diri-meningkat-hingga-826-kasus/>

Asosiasi Bunuh Diri Indonesia. “Statistik Bunuh Diri.” Diakses 4 Desember, 2023. <https://www.inasp.id/suicide-statistics>.

Muhamad, Nabila. “Ada 971 Kasus Bunuh Diri sampai Oktober 2023, Terbanyak di Jawa Tengah.” *Databoks*, Oktober 18, 2023. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/10/18/ada-971-kasus-bunuh-diri-sampai-oktober-2023-terbanyak-di-jawa-tengah>.

Roslina, Ridha. “Ini Daerah yang Memiliki Kampus Paling Banyak di Yogyakarta.” *Solopos Jogja*, Juni 29, 2023, <https://jogja.solopos.com/ini-daerah-yang-memiliki-kampus-paling-banyak-di-yogyakarta-1671554>.

Shubhy, Zikrullah. “Diduga Depresi, Mahasiswa Tewas Usai Loncat dari lantai 4 Kamar Kos.” *Berita Satu*, Januari 24, 2023. <https://www.beritasatu.com/news/1021337/diduga-depresi-mahasiswa-tewas-usai-loncat-dari-lantai-4-kamar-kos>.

Sultan J., Azhari. “Jambi Geger! Mahasiswa UNJA Ditemukan Tewas Gantung Diri di Kamar Kos.” *Sindo News*, Maret 3, 2023, <https://daerah.sindonews.com/read/1036915/174/jambi-geger-mahasiswa-unja-ditemukan-tewas-gantung-diri-di-kamar-kos-1677794606>.

Wawan S., Jauh Hari. “Seorang Mahasiswa Ditemukan Gantung Diri di Kos Condongcatur Sleman.” *Detik Jogja*, Desember 6, 2023. <https://detik.com/jogja/berita/d-7074969/seorang-mahasiswa-ditemukan-gantung-diri-di-kos-condongcatur-sleman>.

World Health Organization. “Suicide.” Diakses 4 Desember, 2023. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide>.

Lainnya

Ananda, Kristianti. “Analisa Fenomena Bunuh Diri di Gunung Kidul dilihat Melalui Pemikiran Stoa dan Teologi Kristen.” Skripsi, Universitas Kristen Duta Wacana, Yogyakarta, 2015. Katalog Universitas Kristen Duta Wacana.