JPII: Jurnal Psikiatri Integratif Indonesia
Vol. 1 No. 3, September 2026
E-ISSN: XXXXXXXXX

Jurnal Psikiatri Integratif INDONESIA

Tingkat Keparahan Depresi dan Ideasi Bunuh Diri di Kalangan Mahasiswa Kedokteran Tingkat Awal.

I Komang Priyanka Supanji[1] | Cokorda Bagus Jaya Lesmana[2] | Ni Ketut Sri Diniari[3]
[1]*Departemen/KSM Ilmu Kesehatan Jiwa, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Denpasar, Indonesia;*
[2]*Program Studi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Denpasar, Indonesia;*
[3]*Departemen/KSM Ilmu Kesehatan Jiwa, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana, Denpasar, Indonesia*

Korespodensi: I Komang Priyanka Supanji (isupanjiasupanji.2502511073@student.unud.ac.id)

Receive: 29 Juli 2026 | ***Accepted:*** 21 Agustus 2026 | ***Published:*** 28 September 2026

Abstrak— Depresi dan ide bunuh diri merupakan masalah kesehatan mental yang signifikan pada mahasiswa kedokteran, dengan prevalensi yang secara konsisten lebih tinggi dibandingkan populasi umum. Mahasiswa semester 1 merupakan kelompok yang rentan karena menghadapi tantangan adaptasi pada masa transisi awal pendidikan kedokteran, meliputi perpindahan lingkungan sosial, tekanan akademik, serta penyesuaian terhadap metode pembelajaran yang baru. Tinjauan pustaka ini bertujuan merangkum bukti mengenai tingkat depresi dan ide bunuh diri, instrumen pengukurannya, faktor risiko dan protektif, serta kerangka teoritis yang relevan pada mahasiswa semester 1 di fakultas kedokteran. Penelusuran literatur dilakukan terhadap publikasi pada basis data PubMed dan PMC, laman resmi WHO, serta sumber data epidemiologi nasional. Hasil tinjauan menunjukkan prevalensi depresi pada mahasiswa kedokteran mencapai 48% selama periode pandemi COVID-19, dengan mahasiswa tahun pertama menunjukkan prevalensi depresi tertinggi (33,5%) serta angka gangguan penyesuaian yang tinggi (67%). Depresi merupakan faktor risiko terkuat ide bunuh diri (OR = 6,87). PHQ-9 dan C-SSRS merupakan instrumen tervalidasi untuk pengukuran depresi dan ide bunuh diri. Dalam kerangka Interpersonal-Psychological Theory of Suicide (IPTS), konstruk thwarted belongingness paling menonjol pada mahasiswa semester 1 akibat keterputusan sosial pada masa transisi, sementara dukungan sosial dan harga diri berperan sebagai faktor protektif utama. Temuan ini menegaskan pentingnya skrining dini serta intervensi penguatan koneksi sosial pada mahasiswa semester awal.

Kata Kunci: Depresi**;** Ide Bunuh Diri**;** Mahasiswa Kedokteran**;** Semester Awal**;** Interpersonal-Psychological Theory of Suicide.

I. Pendahuluan

Kesehatan mental merupakan aspek penting yang sering kali luput dari perhatian, termasuk di kalangan mahasiswa kedokteran. Di balik tuntutan akademik yang tinggi, tekanan untuk selalu tampil baik, dan ekspektasi besar terhadap profesi dokter, kondisi psikologis mahasiswa kerap terabaikan dan jarang dibicarakan secara terbuka. Permasalahan ini menjadi semakin penting pada mahasiswa semester 1, yang berada pada masa transisi awal pendidikan kedokteran dan menghadapi tantangan adaptasi yang signifikan. Depresi dan ide bunuh diri merupakan dua isu kesehatan mental yang kini menjadi perhatian serius baik di tingkat global maupun nasional.

Berdasarkan data *Global Burden of Disease* (GBD) 2021, jumlah individu yang mengalami depresi di seluruh dunia diperkirakan mencapai 332 juta orang, dan gangguan depresif berkontribusi terhadap 6,2% dari seluruh *years lived with disability* (YLDs) global (WHO, 2024). Kondisi ini tidak hanya menurunkan kualitas hidup, tetapi juga menjadi faktor risiko utama terjadinya bunuh diri. WHO melaporkan bahwa sekitar 727.000 orang meninggal akibat bunuh diri setiap tahunnya, dan pada tahun 2021 bunuh diri menjadi penyebab kematian ketiga tertinggi pada kelompok usia 15-29 tahun secara global, dengan 73% kematian terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah, termasuk Indonesia (WHO, 2025). Ide bunuh diri (*suicidal ideation*), yakni pikiran atau perencanaan mengenai kemungkinan mengakhiri hidup, merupakan tahap awal dalam spektrum perilaku bunuh diri yang tanpa intervensi dini dapat berkembang menjadi percobaan bunuh diri dengan akibat fatal (WHO, 2025).

Mahasiswa kedokteran merupakan populasi yang berisiko tinggi mengalami depresi dan ide bunuh diri. Pendidikan kedokteran dikenal sebagai salah satu program yang paling menuntut secara akademis dan emosional, ditandai dengan tingkat stres yang tinggi, tekanan akademik yang intens, kelelahan emosional, serta paparan terhadap penderitaan pasien (Mateen et al., 2024). Meta-analisis global oleh Yeh et al. (2024) yang mencakup 130 studi dengan 132.068 mahasiswa kedokteran melaporkan prevalensi gabungan depresi sebesar 48% (95% CI: 43%-52%) selama periode pandemi COVID-19. Sementara itu, tinjauan cakupan oleh Agyapong-Opoku et al. (2025) melaporkan estimasi gabungan prevalensi ide bunuh diri pada mahasiswa kedokteran berkisar antara 11% hingga 25%, secara konsisten lebih tinggi dibandingkan mahasiswa program studi lain.

Mahasiswa semester 1 secara khusus menghadapi tantangan adaptasi yang besar pada masa awal pendidikan. Studi nasional di India oleh Agarwal et al. (2024) menemukan

bahwa 67% dari 401 mahasiswa kedokteran tahun pertama mengalami gangguan penyesuaian (*adjustment disorder*), dengan stresor utama berupa tekanan waktu, beban kerja, masalah finansial, dan perpindahan tempat tinggal, temuan serupa dikonfirmasi oleh Alhussain et al. (2023) di Arab Saudi. Shaw et al. (2025) melaporkan bahwa 44,2% mahasiswa kedokteran tahun pertama di Amerika Serikat mengalami gejala depresi, dengan 73,5% mengalami *burnout*. Tinjauan oleh Mirza et al. (2021) juga menunjukkan bahwa prevalensi depresi tertinggi justru ditemukan pada tahun pertama (33,5%), yang kemudian menurun bertahap hingga tahun kelima (20,5%). Temuan ini menegaskan bahwa fase awal pendidikan kedokteran merupakan periode dengan beban kesehatan mental yang menonjol.

Di Indonesia, data mengenai kesehatan mental mahasiswa kedokteran masih sangat terbatas. Ramadianto et al. (2022) melaporkan bahwa prevalensi gejala depresi pada mahasiswa kedokteran berkisar antara 13,5%-18,6% berdasarkan studi sebelumnya, dan pada studi tersebut ditemukan 22,2% mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia mengalami gejala depresi serta 48,1% mengalami kecemasan. Pada konteks regional, Provinsi Bali tercatat memiliki tingkat bunuh diri (*suicide rate*) tertinggi di Indonesia, yaitu 3,07 per 100.000 penduduk sepanjang tahun 2023, jauh melampaui rata-rata nasional dan mengungguli Daerah Istimewa Yogyakarta (1,58) serta Bengkulu (1,53) (Pusiknas Bareskrim Polri, 2024). Hingga saat ini belum tersedia data nasional yang memadai mengenai ide bunuh diri spesifik pada mahasiswa kedokteran Indonesia.

Berdasarkan uraian tersebut, tinjauan pustaka ini bertujuan merangkum bukti ilmiah mengenai tingkat depresi dan ide bunuh diri pada mahasiswa semester 1 di fakultas kedokteran, mencakup definisi dan epidemiologi, instrumen pengukuran yang tervalidasi, faktor risiko dan faktor protektif, serta kerangka *Interpersonal-Psychological Theory of Suicide* (IPTS) sebagai dasar konseptual. Tinjauan ini diharapkan dapat menjadi landasan ilmiah bagi pengembangan program skrining dan intervensi kesehatan mental yang sesuai dengan profil risiko mahasiswa pada fase awal pendidikan kedokteran, sekaligus meningkatkan kesadaran sivitas akademika terhadap pentingnya menjaga kesehatan mental sejak awal masa studi.

II. Metode

A. Metode Literatur

Penulisan ini menggunakan metode tinjauan pustaka naratif (*narrative literature review*), yaitu pendekatan yang merangkum, menelaah, dan mensintesis bukti dari berbagai publikasi ilmiah untuk memberikan gambaran menyeluruh mengenai suatu topik. Pendekatan naratif dipilih karena tujuan tinjauan ini bersifat deskriptif-integratif, yakni menggabungkan temuan epidemiologis, hasil studi validasi instrumen, serta kerangka teoritis ke dalam satu pembahasan yang koheren mengenai depresi dan ide bunuh diri pada mahasiswa semester 1.

Penelusuran literatur dilakukan terhadap publikasi ilmiah pada basis data PubMed dan PubMed Central (PMC) sebagai sumber utama artikel terindeks, laman resmi *World Health Organization* (WHO) untuk data global dan definisi standar, serta sumber data epidemiologi nasional, yaitu Pusat Informasi Kriminal Nasional (Pusiknas) Bareskrim Polri untuk data regional Indonesia. Kata kunci yang digunakan dalam penelusuran meliputi *depression*, *suicidal ideation*, *medical students*, *first-year*, *adjustment disorder*, *PHQ-9*, *C-SSRS*, dan *interpersonal theory of suicide*, baik secara tunggal maupun dikombinasikan dengan operator boolean untuk memperluas dan mempersempit hasil pencarian.

Artikel yang dipilih adalah publikasi yang relevan dengan depresi dan ide bunuh diri pada mahasiswa kedokteran, dengan prioritas pada tinjauan sistematis, meta-analisis, studi validasi instrumen, serta karya teoritis yang menjadi rujukan utama. Kriteria inklusi mencakup artikel berbahasa Inggris atau Indonesia yang membahas prevalensi, faktor risiko, faktor protektif, instrumen pengukuran, atau kerangka teoritis terkait depresi dan ide bunuh diri, dengan penekanan khusus pada populasi mahasiswa tahun pertama atau semester awal. Artikel yang tidak relevan dengan konstruk yang ditinjau atau yang tidak membahas populasi mahasiswa dikecualikan dari pembahasan.

Telaah literatur dilakukan secara bertahap, dimulai dari identifikasi artikel yang relevan melalui penyaringan judul dan abstrak, dilanjutkan dengan pembacaan teks penuh untuk menilai kesesuaian dan kualitas metodologis masing-masing sumber. Prioritas diberikan kepada sumber primer dan sumber dengan tingkat bukti yang tinggi, seperti tinjauan sistematis dan meta-analisis, sedangkan data epidemiologi nasional digunakan untuk memberikan konteks lokal terhadap temuan global. Dalam proses sintesis, penulis secara konsisten membedakan antara temuan empiris yang berasal dari literatur dan prediksi teoritis yang diturunkan dari kerangka konseptual, agar setiap pernyataan dapat ditelusuri sumbernya dan tidak terjadi penafsiran yang melampaui bukti yang tersedia.

Pembahasan dalam tinjauan ini difokuskan pada dua konstruk yang menjadi inti penelaahan, yaitu depresi dan ide bunuh diri, pada populasi mahasiswa semester awal pendidikan kedokteran. Sintesis dilakukan dengan mengorganisasikan temuan literatur ke dalam beberapa tema utama, meliputi definisi dan epidemiologi, hubungan antara depresi dan ide bunuh diri, instrumen pengukuran yang tervalidasi, faktor risiko dan faktor protektif, serta kerangka *Interpersonal-Psychological Theory of Suicide* (IPTS) sebagai dasar konseptual. Integritas sitasi dijaga dengan memverifikasi kesesuaian antara klaim yang disampaikan dan isi sumber aslinya, termasuk angka prevalensi, nilai statistik, serta karakteristik populasi studi.

Sebagai sebuah tinjauan naratif, metode ini tidak menerapkan protokol penyaringan kuantitatif yang seketat tinjauan sistematis, sehingga pemilihan literatur dapat dipengaruhi oleh pertimbangan penulis. Untuk meminimalkan keterbatasan tersebut, penulis berupaya mencakup sumber-sumber kunci yang representatif dari rentang waktu publikasi yang relevan, baik dari konteks internasional maupun nasional, serta mengutamakan publikasi terkini agar gambaran yang disajikan tetap mutakhir. Kombinasi antara bukti global dan data lokal Indonesia diharapkan memberikan pemahaman yang lebih utuh mengenai depresi dan ide bunuh diri pada mahasiswa semester awal pendidikan kedokteran.

III. Hasil Pembahasan

Depresi dan karakteristiknya pada mahasiswa semester 1.
Menurut *International Classification of Diseases* edisi ke-11 (ICD-11) yang berlaku resmi sejak Januari 2022, episode depresif (kode 6A70) ditandai oleh suasana hati yang tertekan (*depressed mood*) atau berkurangnya minat terhadap aktivitas

secara bermakna, disertai gejala tambahan seperti gangguan tidur, perubahan nafsu makan, kelelahan, gangguan konsentrasi, perasaan tidak berharga, dan pikiran berulang tentang kematian. Diagnosis ditegakkan apabila lima atau lebih gejala hadir hampir sepanjang hari, hampir setiap hari, selama minimal dua minggu (WHO, 2022). Kehadiran pikiran berulang tentang kematian sebagai salah satu gejala inti menunjukkan keterkaitan klinis yang erat antara depresi dan ide bunuh diri, sehingga kedua kondisi ini relevan untuk dibahas secara bersamaan.

Pada populasi mahasiswa kedokteran, prevalensi depresi secara konsisten lebih tinggi dibandingkan populasi umum, mencapai 48% (95% CI: 43%-52%) dengan prevalensi derajat sedang hingga berat sebesar 30% (95% CI: 26%-35%) selama pandemi COVID-19 (Yeh et al., 2024). Pada mahasiswa semester 1, kerentanan ini diperkuat oleh proses transisi: Ramadianto et al. (2022) melaporkan bahwa mahasiswa yang tidak tinggal bersama keluarga inti menunjukkan skor depresi yang lebih tinggi, sementara mahasiswa pada tahun praklinis pertama menunjukkan skor kecemasan yang lebih tinggi, yang mengindikasikan bahwa perpindahan ke lingkungan akademik baru yang kompetitif merupakan faktor yang bermakna. Beban ini ditegaskan oleh Agarwal et al. (2024) yang menemukan 67% mahasiswa tahun pertama mengalami gangguan penyesuaian, Shaw et al. (2025) yang melaporkan 44,2% mengalami gejala depresi, serta Mirza et al. (2021) yang menemukan prevalensi depresi tertinggi pada tahun pertama (33,5%).

Ide bunuh diri: definisi, spektrum, dan epidemiologi. Ide bunuh diri (*suicidal ideation*) adalah proses kognitif berupa pikiran atau bayangan mengenai kemungkinan mengakhiri hidup. Ide bunuh diri bukan merupakan diagnosis klinis yang berdiri sendiri, melainkan gejala yang dapat muncul pada berbagai gangguan mental atau sebagai respons terhadap peristiwa hidup yang berat, dengan tingkatan mulai dari keinginan pasif untuk mati hingga rencana yang aktif dan spesifik (WHO, 2025). Perilaku bunuh diri dipahami sebagai sebuah spektrum yang berawal dari ide bunuh diri dan dapat berujung pada tindakan yang fatal, berdasarkan ICD-11, perilaku ini dapat diklasifikasikan berdasarkan intensitas ide (pasif dan aktif) serta perilaku yang ditunjukkan, yaitu persiapan, percobaan, dan bunuh diri yang selesai (WHO, 2022). Walaupun tidak seluruh individu dengan ide bunuh diri akan melakukan percobaan, kondisi ini tetap menjadi faktor risiko utama dan memberikan peluang terbaik untuk pencegahan (Mateen et al., 2024).

Pada mahasiswa kedokteran, Agyapong-Opoku et al. (2025) melaporkan bahwa prevalensi seumur hidup ide bunuh diri berkisar antara 2,9% hingga 53,6%, dengan estimasi gabungan dari meta-analisis berkisar antara 11% hingga 25%. Di Indonesia, data spesifik mengenai ide bunuh diri pada mahasiswa kedokteran masih sangat terbatas, tingginya prevalensi gejala depresi (22,2%) dan kecemasan (48,1%) yang dilaporkan Ramadianto et al. (2022) sebagai faktor risiko utama ide bunuh diri menegaskan pentingnya pengukuran langsung pada populasi ini. Tingginya *suicide rate* di Bali (3,07 per 100.000 penduduk) semakin memperkuat urgensi perhatian terhadap kesehatan mental kelompok usia muda, termasuk mahasiswa kedokteran (Pusiknas Bareskrim Polri, 2024).

Hubungan depresi dengan ide bunuh diri. Depresi merupakan faktor risiko terkuat yang mendorong munculnya ide bunuh diri pada mahasiswa kedokteran. Meta-analisis terhadap 25 studi oleh Seo et al. (2021) menunjukkan bahwa depresi adalah indikator paling kuat ide bunuh diri, dengan *odds ratio* (OR) sebesar 6,87 (95% CI: 4,80-9,82) artinya, mahasiswa yang mengalami depresi berisiko hampir tujuh kali lebih tinggi memiliki ide bunuh diri dibandingkan mereka yang tidak. Gangguan mental penyerta secara umum juga memperlihatkan hubungan signifikan (OR = 5,08; 95% CI: 2,81-9,18). Hubungan ini terjadi karena depresi memengaruhi cara seseorang memandang dirinya dan kehidupannya, ditandai keputusasaan (*hopelessness*), harga diri yang rendah, dan distorsi kognitif, sehingga masalah dipersepsikan sebagai sesuatu yang tidak memiliki jalan keluar (Seo et al., 2021). Mekanisme inilah yang menjadikan deteksi dini depresi pada mahasiswa semester 1 sangat penting sebagai bagian dari pencegahan bunuh diri.

Instrumen pengukuran. Tingkat depresi umumnya diukur menggunakan *Patient Health Questionnaire-9* (PHQ-9), instrumen laporan diri (*self-report*) yang terdiri dari sembilan butir berdasarkan kriteria diagnostik gangguan depresif mayor dalam DSM-IV. Setiap butir dinilai dengan skala 0 (tidak pernah) hingga 3 (hampir setiap hari), sehingga skor total berkisar 0-27 dan diinterpretasikan ke dalam lima kategori keparahan: minimal, ringan, sedang, sedang-berat, dan berat (Kroenke et al., 2001). Akurasi diagnostik PHQ-9 versi Bahasa Indonesia telah dikonfirmasi oleh Dian et al. (2022) pada 500 mahasiswa kedokteran Indonesia berusia 17-22 tahun, dengan reliabilitas internal yang baik (Cronbach's alpha 0,885), korelasi positif dengan Mini ICD-10 (0,527), serta *Area Under the Curve* (AUC) sebesar 92% (sensitivitas 90,7%; spesifisitas 86,5%). Karena tervalidasi secara khusus pada mahasiswa kedokteran Indonesia, instrumen ini sangat sesuai untuk mengukur tingkat depresi pada mahasiswa semester 1.

Ide bunuh diri umumnya diukur menggunakan *Columbia Suicide Severity Rating Scale* (C-SSRS), yang mengkuantifikasi keparahan ide dan perilaku bunuh diri secara terstandar melalui dua domain: domain ide bunuh diri yang membedakan lima tingkatan keparahan (mulai dari keinginan untuk mati hingga ide aktif dengan rencana dan niat spesifik) serta domain perilaku bunuh diri. Validitas awal dan konsistensi internal C-SSRS dibuktikan oleh Posner et al. (2011) melalui tiga studi multisenter pada remaja dan dewasa. Struktur berjenjang ini memungkinkan penilaian yang sensitif terhadap tingkat keparahan ide bunuh diri, sehingga sesuai digunakan baik dalam konteks klinis maupun penelitian pada mahasiswa semester awal.

Faktor risiko dan faktor protektif. Selain depresi sebagai faktor risiko individu terkuat (Seo et al., 2021), terdapat faktor risiko yang berkaitan dengan lingkungan pendidikan kedokteran. Mateen et al. (2024) mengidentifikasi tekanan akademik sebagai salah satu dari tiga penyebab utama tingginya ide bunuh diri, di samping tantangan hubungan interpersonal dan ekspektasi profesional. Agyapong-Opoku et al. (2025) mengonfirmasi stres akademik dan tekanan finansial (*financial strain*) sebagai faktor risiko signifikan. Pada mahasiswa semester 1, stresor yang menonjol adalah perpindahan dari lingkungan sosial yang familiar serta tidak tinggal bersama keluarga inti (Agarwal et al., 2024; Ramadianto et al., 2022). Sebaliknya, dukungan sosial merupakan faktor protektif yang paling konsisten: Darvishi et al. (2024) mengonfirmasi bahwa dukungan sosial berkaitan dengan penurunan risiko ide bunuh diri, percobaan, dan

kematian akibat bunuh diri, sementara Seo E.H. et al. (2022) menemukan dukungan sosial dan harga diri yang lebih tinggi secara independen menurunkan risiko ide bunuh diri pada mahasiswa kedokteran.

IV. Diskusi

Untuk memahami mekanisme munculnya ide bunuh diri pada mahasiswa semester 1, *Interpersonal-Psychological Theory of Suicide* (IPTS) yang dikembangkan oleh Joiner (2005) memberikan kerangka konseptual yang kuat dan telah mendapat dukungan empiris luas pada berbagai populasi, termasuk mahasiswa kedokteran. Menurut IPTS, keinginan untuk bunuh diri muncul akibat gabungan dua kondisi psikologis utama, yaitu *thwarted belongingness* (perasaan terputus dari orang lain dan tidak menjadi bagian dari kelompok sosial yang bermakna) dan *perceived burdensomeness* (keyakinan bahwa diri menjadi beban bagi orang lain). Kedua faktor ini, terutama bila dipersepsikan permanen, membentuk hasrat untuk mati (*suicidal desire*), hasrat tersebut baru berkembang menjadi percobaan yang mematikan apabila disertai komponen ketiga, yaitu *acquired capability for suicide* (Joiner, 2005; Solibieda et al., 2021).

Relevansi IPTS pada mahasiswa kedokteran ditunjukkan oleh Solibieda et al. (2021) melalui studi terhadap 178 mahasiswa kedokteran di *Universite Libre de Bruxelles* (ULB), Belgia, yang membandingkan mahasiswa tanpa suicidalitas, dengan suicidalitas sepanjang hidup, dengan ide bunuh diri terkini, dan dengan rencana bunuh diri. Studi tersebut menemukan bahwa mahasiswa dengan suicidalitas menunjukkan tingkat *thwarted belongingness* dan *perceived burdensomeness* yang lebih tinggi secara bermakna, konsisten dengan prediksi teoritis IPTS.

Pada mahasiswa semester 1, konstruk yang paling menonjol secara teoritis adalah *thwarted belongingness*. Joiner (2005) menekankan bahwa intensitas hasrat bunuh diri meningkat ketika perasaan keterputusan dipersepsikan sebagai kondisi yang stabil. Stresor dominan pada mahasiswa semester 1, yaitu perpindahan dari lingkungan sosial yang familiar (Agarwal et al., 2024) dan tidak tinggal bersama keluarga inti (Ramadianto et al., 2022), secara langsung mencerminkan keterputusan dari jejaring sosial yang menjadi inti konstruk *thwarted belongingness*: mahasiswa baru kehilangan rasa keterhubungan dengan lingkungan lamanya, sementara hubungan yang bermakna di lingkungan baru belum sepenuhnya terbentuk. Persepsi keterputusan pada fase ini cenderung bersifat akut dan situasional akibat transisi yang mendadak. Perlu ditekankan bahwa pemetaan ini bersifat prediksi teoritis, bukan temuan empiris pada populasi yang diteliti, sehingga memerlukan pengujian lebih lanjut.

Pemahaman berbasis teori ini memberikan landasan yang kuat untuk pengembangan strategi skrining dan intervensi yang kontekstual bagi mahasiswa semester awal. Karena *thwarted belongingness* menonjol pada fase ini, program penguatan koneksi sosial dan pendampingan sebaya (*peer support*) menjadi sangat relevan, sejalan dengan bukti bahwa dukungan sosial merupakan faktor protektif terkuat (Darvishi et al., 2024; Seo E.H. et al., 2022). Skrining dini menggunakan instrumen tervalidasi seperti PHQ-9 dan C-SSRS pada awal masa studi memungkinkan identifikasi mahasiswa berisiko sehingga intervensi dapat diberikan sebelum gejala memberat. Mengingat tingginya beban depresi pada tahun pertama (Mirza et al., 2021; Shaw et al., 2025) serta tingginya *suicide rate* regional di Bali (Pusiknas Bareskrim Polri, 2024), upaya promotif dan preventif pada mahasiswa semester 1 menjadi kebutuhan yang mendesak.

Tinjauan ini memiliki keterbatasan yang perlu diperhatikan. Sebagian besar bukti yang tersedia berasal dari konteks internasional, sementara data spesifik mengenai ide bunuh diri pada mahasiswa kedokteran semester 1 di Indonesia masih sangat terbatas. Selain itu, instrumen laporan diri seperti PHQ-9 dan C-SSRS berpotensi menimbulkan bias pelaporan, baik berupa kecenderungan menjawab sesuai harapan sosial maupun keengganan mengungkapkan ide bunuh diri karena sensitivitas topik. Oleh karena itu, temuan tinjauan ini sebaiknya dipahami sebagai gambaran awal yang memerlukan konfirmasi melalui penelitian primer pada populasi mahasiswa semester 1 di Indonesia.

V. Kesimpulan

Depresi dan ide bunuh diri merupakan permasalahan kesehatan mental yang signifikan pada mahasiswa kedokteran, dengan prevalensi depresi mencapai 48% selama pandemi COVID-19 dan prevalensi ide bunuh diri berkisar 11%-25% berdasarkan estimasi gabungan meta-analisis. Angka-angka ini secara konsisten lebih tinggi dibandingkan populasi mahasiswa umum maupun masyarakat umum, sehingga menempatkan mahasiswa kedokteran sebagai populasi prioritas dalam upaya promosi kesehatan mental.

Mahasiswa semester 1 merupakan kelompok yang secara khusus rentan karena menghadapi gangguan penyesuaian akibat perpindahan lingkungan sosial, tekanan kompetitif awal, dan adaptasi terhadap metode pembelajaran yang baru. Bukti menunjukkan bahwa prevalensi depresi justru tertinggi pada tahun pertama dan disertai angka gangguan penyesuaian serta *burnout* yang tinggi, sehingga fase awal pendidikan kedokteran merupakan periode kritis yang membutuhkan perhatian khusus. Depresi merupakan faktor risiko terkuat bagi munculnya ide bunuh diri, dengan risiko hampir tujuh kali lipat (OR = 6,87), sementara dukungan sosial dan harga diri terbukti berperan sebagai faktor protektif yang penting.

Dalam kerangka *Interpersonal-Psychological Theory of Suicide* (IPTS), konstruk *thwarted belongingness* secara teoritis paling menonjol pada mahasiswa semester 1 sebagai cerminan keterputusan sosial pada masa transisi, ketika mahasiswa kehilangan keterhubungan dengan lingkungan lama sementara relasi bermakna di lingkungan baru belum terbentuk. Instrumen *Patient Health Questionnaire-9* (PHQ-9) dan *Columbia Suicide Severity Rating Scale* (C-SSRS) yang telah tervalidasi, termasuk pada populasi mahasiswa kedokteran Indonesia, memungkinkan pengukuran kedua kondisi ini secara objektif, terstandar, dan dapat dipertanggungjawabkan. Penggunaan instrumen yang sama secara konsisten juga memungkinkan pemantauan perkembangan kondisi mahasiswa dari waktu ke waktu serta perbandingan antarprogram studi maupun antarinstitusi secara lebih sahih.

Berdasarkan keseluruhan tinjauan, institusi pendidikan kedokteran disarankan untuk mengembangkan program skrining kesehatan mental yang terstruktur sejak mahasiswa memasuki semester 1, disertai layanan pendampingan dan konseling yang mudah diakses, bebas stigma, dan bersifat rahasia. Intervensi penguatan koneksi sosial dan pendampingan sebaya sangat relevan untuk mengatasi *thwarted belongingness* pada fase awal. Selain itu, mengingat

keterbatasan data nasional, diperlukan penelitian primer di Indonesia, termasuk studi dengan desain longitudinal, untuk menghasilkan data epidemiologi yang lebih representatif serta menguji relevansi kerangka IPTS secara empiris pada mahasiswa kedokteran. Penelitian semacam ini penting untuk memastikan bahwa kebijakan dan program yang dikembangkan benar-benar berlandaskan bukti dari konteks mahasiswa kedokteran Indonesia, bukan semata ekstrapolasi dari temuan luar negeri.

Bagi mahasiswa kedokteran sendiri, tinjauan ini menegaskan pentingnya meningkatkan kesadaran diri terhadap tanda-tanda awal depresi dan distres psikologis, serta tidak ragu mencari bantuan profesional apabila diperlukan. Membangun dan mempertahankan jaringan dukungan sosial yang kuat, baik di antara rekan sejawat maupun dengan keluarga, merupakan langkah protektif yang terbukti efektif menurunkan risiko ide bunuh diri, terutama pada masa transisi awal yang rentan terhadap keterputusan sosial.

Secara keseluruhan, depresi dan ide bunuh diri pada mahasiswa semester 1 bukan sekadar persoalan individual, melainkan persoalan institusional yang menuntut respons sistemik dan berkelanjutan. Sinergi antara kebijakan institusi, peran aktif tenaga pengajar, layanan kesehatan mental kampus, dukungan sebaya, dan kesadaran mahasiswa sendiri merupakan kunci dalam membangun lingkungan pendidikan kedokteran yang sehat secara psikologis. Dengan memprioritaskan kesehatan mental sejak semester awal, fakultas kedokteran tidak hanya melindungi mahasiswa dari risiko depresi dan ide bunuh diri, tetapi juga berinvestasi pada pembentukan calon dokter yang sehat, empatik, dan mampu menjaga keseimbangan psikologis sepanjang kariernya.

Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Prof. Dr. dr. Cokorda Bagus Jaya Lesmana, Sp.KJ(K). dan dr. Ni Ketut Sri Diniari, Sp.KJ(K). selaku dosen pembimbing atas bimbingan dan masukan yang konstruktif, serta kepada Fakultas Kedokteran Universitas Udayana atas dukungan dalam penyusunan tinjauan pustaka ini.

Referensi

[1] Agarwal, M., Sharma, P., Goswami, A. & Mittal, R., 2024. A 2023 nationwide study on adjustment disorder among first year MBBS students in India. *Bioinformation*, 20(2), pp.190-195. https://doi.org/10.6026/973206300200190

[2] Agyapong-Opoku, F. et al., 2025. Suicidal behaviors among medical students: A scoping review of systematic reviews and meta-analyses. *Behavioural Sciences (Basel)*, 15(9), 1215. https://doi.org/10.3390/bs15091215

[3] Alhussain, F.A., Bin Onayq, A.I., Ismail, D.H., Alduayj, M.A., Alawbathani, T.A. & Aljaffer, M.A., 2023. Adjustment disorder among first year medical students at King Saud University, Riyadh, Saudi Arabia, in 2020. *Journal of Family and Community Medicine*, 30(1), pp.59-64. https://doi.org/10.4103/jfcm.jfcm_227_22

[4] Darvishi, N., Poorolajal, J., Azmi-Naei, B. & Farhadi, M., 2024. The role of social support in preventing suicidal ideations and behaviors: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Research in Health Sciences*, 24(2). https://doi.org/10.34172/jrhs.2024.144

[5] Dian, C.N., Effendy, E. & Amin, M.M., 2022. The validation of Indonesian version of Patient Health Questionnaire-9. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(T7), pp.193-198. https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.9293

[6] Joiner, T.E., 2005. *Why people die by suicide*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

[7] Kroenke, K., Spitzer, R.L. & Williams, J.B.W., 2001. The PHQ-9: Validity of a brief depression severity measure. *Journal of General Internal Medicine*, 16(9), pp.606-613. https://doi.org/10.1046/j.1525-1497.2001.016009606.x

[8] Mateen, A., Kumar, V., Singh, A.K., Yadav, B., Mahto, M. & Mahato, S., 2024. Suicide and suicidal ideation in medical students: A systematic review. *Cureus*, 16(7), e65246. https://doi.org/10.7759/cureus.65246

[9] Mirza, A.A., Baig, M., Beyari, G.M., Halawani, M.A. & Mirza, A.A., 2021. Depression and anxiety among medical students: A brief overview. *Advances in Medical Education and Practice*, 12, pp.393-398. https://doi.org/10.2147/AMEP.S302897

[10] Posner, K., Brown, G.K., Stanley, B., Brent, D.A., Yershova, K.V., Oquendo, M.A., Currier, G.W., Melvin, G.A., Greenhill, L., Shen, S. & Mann, J.J., 2011. The Columbia-Suicide Severity Rating Scale: Initial validity and internal consistency findings from three multisite studies with adolescents and adults. *American Journal of Psychiatry*, 168(12), pp.1266-1277. https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2011.10111704

[11] Pusiknas Bareskrim Polri, 2024. *Statistik kasus bunuh diri di Indonesia tahun 2023*. Pusat Informasi Kriminal Nasional, Badan Reserse Kriminal Kepolisian Negara Republik Indonesia. https://pusiknas.polri.go.id

[12] Ramadianto, A.S., Kusumadewi, I., Agiananda, F. & Raharjanti, N.W., 2022. Symptoms of depression and anxiety in Indonesian medical students: Association with coping strategy and resilience. *BMC Psychiatry*, 22, 92. https://doi.org/10.1186/s12888-022-03745-1

[13] Seo, C., Di Carlo, C., Dong, S.X., Fournier, K. & Haykal, K.A., 2021. Risk factors for suicidal ideation and suicide attempt among medical students: A meta-analysis. *PLOS ONE*, 16(12), e0261785. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0261785

[14] Seo, E.H., Yang, H.J., Kim, S.G. & Yoon, H.J., 2022. Ego-resiliency moderates the risk of depression and social anxiety symptoms on suicidal ideation in medical students. *Annals of General Psychiatry*, 21, 21. https://doi.org/10.1186/s12991-022-00399-x

[15] Shaw, J., Lai, C., Bota, P. & Wright, D., 2025. Burnout and depression in first-year medical students across the academic year in the United States. *Discover Mental Health*, 5, 175. https://doi.org/10.1007/s44192-025-00175-9

[16] Solibieda, A., Rotsaert, M. & Loas, G., 2021. The interpersonal-psychological theory of suicide in medical students: Comparisons of individuals without suicidality, ideators, and planners. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(21), 11526. https://doi.org/10.3390/ijerph182111526

[17] World Health Organization, 2022. *International classification of diseases, eleventh revision (ICD-11)*. https://icd.who.int/browse11

[18] World Health Organization, 2024. *Depression: Introduction*. WHO Regional Office for the Eastern Mediterranean. https://www.emro.who.int/health-topics/depression/introduction.html

[19] World Health Organization, 2025. *Suicide: Fact sheet*, updated 25 March 2025. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide

[20] Yeh, Y.-S. et al., 2024. Global prevalence of anxiety and depression among medical students during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychology*, 12, 338. https://doi.org/10.1186/s40359-024-01838-y.