

***“TERNYATA AKU TIDAK SENDIRI”***  
**STUDI FENOMENOLOGI MENGENAI GAMBARAN**  
**SERTA FAKTOR-FAKTOR RESILIENSI PADA**  
**ORANG YANG PERNAH MELAKUKAN PERCOBAAN**  
**BUNUH DIRI**

**SKRIPSI**



OLEH:

**Nikita Anastasya Junita**

NRP 7103015012

Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
Surabaya  
2019

*“TERNYATA AKU TIDAK SENDIRI”*  
STUDI FENOMENOLOGI MENGENAI GAMBARAN  
SERTA FAKTOR-FAKTOR RESILIENSI PADA ORANG  
YANG PERNAH MELAKUKAN PERCOBAAN BUNUH  
DIRI

**SKRIPSI**

Diajukan kepada  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala  
Surabaya untuk memenuhi sebagian persyaratan  
memperoleh gelar Sarjana Psikologi



OLEH:

**Nikita Anastasya Junita**  
NRP 7103015012

Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya  
Surabaya  
2019

## SURAT PERNYATAAN

Bersama ini, saya:

Nama : Nikita Anastasya Junita  
NRP : 7103015012

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul:

***“TERNYATA AKU TIDAK SENDIRI”***  
**STUDI FENOMENOLOGI MENGENAI GAMBARAN SERTA  
FAKTOR-FAKTOR RESILIENSI PADA ORANG YANG  
PERNAH MELAKUKAN PERCOBAAN BUNUH DIRI**

Benar-benar merupakan karya sendiri tanpa ada rekayasa dari pihak manapun. Apabila pada kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiat atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh. Serta permohonan maaf dari pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini saya buat, dan dinyatakan dengan sesungguhnya penuh kesadaran dalam membuatnya.

Surabaya, 28 Februari 2019

Yang membuat pernyataan,



Nikita Anastasya Junita

## SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya :

Nama : Nikita Anastasya Junita

NRP : 7103015012

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul:

**“TERNYATA AKU TIDAK SENDIRI”  
STUDI FENOMENOLOGI MENGENAI GAMBARAN SERTA  
FAKTOR-FAKTOR RESILIENSI PADA ORANG YANG  
PERNAH MELAKUKAN PERCOBAAN BUNUH DIRI**

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 21 Januari 2019  
Yang membuat pernyataan,

  
Nikita Anastasya Junita

# HALAMAN PERSETUJUAN

## SKRIPSI

*“TERNYATA AKU TIDAK SENDIRI”*  
STUDI FENOMENOLOGI MENGENAI GAMBARAN SERTA  
FAKTOR-FAKTOR RESILIENSI PADA ORANG YANG  
PERNAH MELAKUKAN PERCOBAAN BUNUH DIRI

Oleh:

Nikita Anastasya Junita  
NRP 7103015012

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim  
penguji skripsi

Pembimbing Utama: Jaka Santosa S., M.Psi., Psi. ()

Surabaya, 21 Januari 2019

## HALAMAN PENGESAHAN


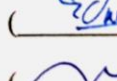
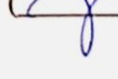
Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Univeritas Katolik Widya Mandala Surabaya  
dan diterima untuk memenuhi sebagian dari persyaratan  
memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Pada tanggal 28 Februari 2019

Mengesahkan  
Fakultas Psikologi,  
Dekan,  
(Yuni Apsari, M.Si., Psikolog)



Dewan Penguji:

1. Ketua : Agustina Engrg, M.Psi., Psikolog (  )
2. Sekretaris : Andhika Alexander Repi, M.Psi., Psikolog (  )
3. Anggota : Gratianus Edwi Nugrohadi, M.A. (  )
4. Anggota : Jaka Santosa Sudagijono., M.Psi., Psikolog (  )

**HALAMAN PERSEMBAHAN**

Penelitian ini dipersembahkan untuk:

**Tuhan Yesus Kristus**

**Mamot dan Papot**

**Fakultas Psikologi Universitas Katolik  
Widya Mandala Surabaya**

**Limochi**

## HALAMAN MOTTO

Serahkanlah hidupmu kepada Tuhan, dan percayalah kepada-Nya, dan Ia akan bertindak. Ia akan memunculkan kebenaranmu seperti terang, dan hakmu seperti siang. (Mazmur 37: 5-6)

“Tapi janganlah membalas kejahatan dengan kejahatan, balaslah dengan kasih, agar dia yang berlaku jahat bisa menjadi pribadi yang lebih baik lagi. Ketika kita membalas kejahatan dengan hal yang tidak baik, maka sama halnya dengan kamu melakukan hal yang jahat”. (bnsr)

Apa yang kamu tabur itu yang kamu tuai. Sebelum kamu ingin diperlakukan seperti apa yang kamu kehendaki, maka lakukanlah! Jika kamu ingin bahagia, maka terlebih dahulu kamu memberi kebahagiaan pada orang lain! (Nikita)

Manusia hanya bisa berupaya, berdoa, dan bersukur, tugas Tuhan adalah menggenapi doa dan permohonan hamba-Nya. Kuncinya adalah Semangat-Yakinn dan Percaya. (Pendeta Adi Sanyoto)

Terbentur – Terbentur – Terbentur –  
**TERBENTUK!**



## Ucapan Terimakasih

Oleh karena keberhasilan saya dalam menyusun Skripsi ini saya mengucapkan terimakasih kepada :

1. Tuhan Yesus Kristus yang selalu menyertai saya, mengasihi saya hingga saat ini melalui berkat-Nya lah saya diberi kemampuan dalam menyelesaikan skripsi ini untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi.
2. Kepada Dekan Fakultas Psikologi UKWMS yang turut mendukung baik secara akademis maupun non-akademis.
3. Untuk Dosen Pembimbing saya yang sudah sabar membimbing saya yaitu Pak Jaka Santosa. Terimakasih Pak☺
4. Kepada Dosen Penguji yang telah memberikan pertanyaan maupun *feedback* guna evaluasi skripsi saya agar menjadi lebih baik.
5. Kepada Ibu Ermida Simanjuntak dan Pak Dicky selaku Dosen Penasihat Akademik saya.
6. Untuk Organisasi Kemahasiswaan Fakultas Psikologi UKWMS terutama BEM periode 2016/2017 dan 2017/2018 dan PaK Rama Adhyatma yang sudah membantu saya dalam berkarya dan belajar hal non akademis yang memudahkan saya dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Kepada Pak Anang, Bu Lilis dan Bu Eva yang selama ini sudah memberikan pelayanan sangat baik kepada mahasiswa, terutama dalam urusan surat menyurat☺
8. Ucapan terimakasih sebesar-besarnya saya persembahkan untuk Mamot dan Papot. Orang Tua yang sudah membiayai dan mengasuh saya dari kecil hingga diberi kesempatan untuk menyelesaikan pendidikan saya serta selalu

memberikan *support*, baik secara material dan non material, yang selalu berkorban untuk membahagiakan saya sebagai anak sematawayangnya, selalu sabar dan mengerti keadaan anaknya, tidak pernah memaksakan kehendak, yang selalu memberikan yang terbaik bagi saya. **SEMUA DALAM KEHIDUPAN SAYA, SAYA PERSEMBAHKAN UNTUK MEREKA.** Dan Keluarga Besar LIE, Keluarga Besar Moermosenthiko keluarga besar dari Papa dan Mama saya saya yang selalu baik dan memberi motivasi untuk saya.

9. Sahabat-sahabat terhebat dan terkasih saya! Mereka yang selalu mendukung saya dalam hal apapun yang berisi:
- a) **EFRINDA DAMAYANTI**, sahabat saya selama saya melangsungkan pendidikan di Fakultas Psikologi UKWMS yang mendukung saya dalam kondisi apapun, baik suka dan duka,hihi.
  - b) **KAK NOVIA DWI MEGAH ALVIANA**, senior saya di kampus yang selalu memberikan semangat, feedback dan mengingatkan saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Makasih ya kakkkk, sukses selalu untukmu,hihihi.
  - c) **LIMOCHI [GIANCINTA, YOSIA, RICO, FIRDAUS,IVAN]**, Mereka adalah sahabat terbaikkkkk saya saat SMA. Mereka adalah rutinitas yang selalu ada, selalu tanggap, empati, selalu dan selalu. Walaupun sibuk untuk mencapai masa depan tapi kita saling support! Terimakasihiiiih sudah pernah ada dan selalu ada buat aku untuk kalian yang selalu dan selalu kukasihi.
  - d) **DANIEL BINSAR SITORUS**, yang selalu nyemangatin dengan ngasih firman Tuhan, yang selalu negur kalau putus asa, yang selalu ngingetin berdoa, makasih yaaaaa☺
  - e) **AGNES, YOSUA, BARITA**, yang selalu ada buat aku waktu aku SMA dan tetap sering main ditengah

kesibukan kuliah. Wah sama mereka ini bener-bener saling *support* buat masa depan deh!

- f) **ALDIAWAN PUTRA SUNDA** sahabat semasa aku SMA juga nihhh! Makasih juga udah ditemenin dan dianterin bimbingan skripsi☺
  - g) **BLONK! AFRA SYAMARA, SYIFA PUTRIE, DAN ANNISA ISLAMIAH.** Bisa dibilang mereka sahabat terlama aku nihhh dari zaman aku SD sampai saat ini. Mereka juga mendukung aku dalam pengerjaan skripsi ini, lhoo☺
  - h) **TASIA, FRISCA, GABY, MELFRI, BIGEL, DESY,** makasih yaaaa selalu ada buat gue dari jaman gue SMP bareng kalian di Bekasi☺
  - i) **Kak MUHAMMAD SHOFA ADHANA,** waah ini kakak ketemu gede aku yang paling bikin aku dewasa. Makasih banyak buat wawasan dewasa lo, dan *support* lo yang bener-bener selalu ada buat gue ya☺
  - j) **INDAH RATNA AYU, ANGELA VALLEN, MAULIDTA, BPJS, Bopung dan teman-teman kuliah lain,** makasih banyak yaaa udah saling *support* satu sama lain☺
10. Kepada #ER yang mengingatkan saya untuk menjadi pribadi yang lebih baik, yang mengingatkan saya untuk selalu berdoa dan meminta maaf serta restu ke Orangtua agar skripsi saya cepat selesai, dan beberapa *feedback* baik lain yang tidak cukup untuk disertakan disini ☺ Tanpa beliau mungkin saya tidak termotivasi untuk menyelesaikan skripsi ini tepat waktu.
11. Kepada Mas Stefanus Redithya (Mas-mas Perpus) makasih ya mas selalu sabar ngasih aku pasword repository wkwk ☺

## DAFTAR ISI

Halaman Judul .....	i
Surat Pernyataan .....	ii
Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah .....	iii
Halaman Persetujuan .....	iv
Halaman Pengesahan .....	v
Halaman Persembahan .....	vi
Halaman Motto .....	vii
Ungkapan Terima Kasih .....	viii
Daftar Isi .....	xiv
Daftar Bagan .....	xv
Daftar Lampiran .....	xvi
Abstraksi .....	xvii

## BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Fokus Penelitian .....	9
1.3. Tujuan Penelitian .....	9
1.4. Manfaat Penelitian .....	10
1.4.1. Manfaat Teoritis .....	10
1.4.2. Manfaat Praktis .....	10

## **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

2.1. Kajian Literatur Seputar Fenomena Bunuh Diri .....	11
2.2. Kajian Seputar Literatur Resiliensi .....	24
2.3. Keterkaitan Fenomena Bunuh Diri dengan Resiliensi .....	31

## **BAB III METODE PENELITIAN**

3.1. Pendekatan dalam Penelitian .....	34
3.2. Informan Penelitian .....	35
3.2.1. Karakteristik Informan Penelitian .....	35
3.2.2. Cara Mendapatkan Informan Penelitian .....	36
3.3. Metode Pengumpulan Data .....	37
3.4. Teknik Analisis Data .....	39
3.5. Validitas Penelitian .....	40
3.6. Etika Penelitian .....	40

## **BAB IV PELASANAAN DAN HASIL PENELITIAN**

4.1. Persiapan Penelitian .....	42
4.1.1. Persiapan Peneliti .....	43
4.1.2. Perijinan Penelitian .....	43
4.2. Proses Penelitian Data .....	43
4.2.1. Setting dan Timing Lapangan Penelitian .....	43
a. Infoman M .....	43
4.2.1.1. Pertemuan I .....	46
4.2.1.2. Pertemuan II .....	47

4.2.1.3. Pertemuan III .....	48
4.2.1.4. Pertemuan IV .....	48
b. Informan G .....	49
4.2.2.1. Pertemuan I .....	51
4.2.2.2. Pertemuan II .....	53
4.2.2.3. Pertemuan III .....	54
4.3. Hasil Penelitian .....	55
4.3.1. Pengolahan Data Informan M .....	55
4.3.1.1. Anamnesa Informan M .....	55
4.3.1.2. Deskripsi Diri Informan M .....	92
4.3.2. Pengolahan Data Informan G .....	152
4.3.2.1 Anamnesa Informan G .....	152
4.3.2.2. Deskripsi Tema Informan G .....	206
4.4. Pengolahan Hasil Data Penelitian .....	286
4.4.1. Persamaan Kedua Informan Penelitian.....	286
4.4.2. Perbedaan Kedua Informan Penelitian .....	294
4.5. Validitas Penelitian .....	228
<b>BAB V PENUTUP</b>	
5.1. Pembahasan Hasil Penelitian .....	302
5.2. Refleksi Penelitian .....	311
5.3. Simpulan .....	313
5.4. Saran .....	313
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>315</b>

## DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1. Proses menuju krisis dan perilaku bunuh diri .....	14
Bagan 4.1. Gambaran Resiliensi pada Informan M yang Pernah Melakukan Percobaan Bunuh Diri .....	151
Bagan 4.2. Gambaran Resiliensi pada Informan G yang Pernah Melakukan Percobaan Bunuh Diri .....	285
Bagan 4.3. Gambaran Resiliensi pada Informan M dan G yang Pernah Melakukan Percobaan Bunuh Diri .....	300

## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1. Jadwal Wawancara Informan M .....	44
Tabel 4.2. Jadwal Wawancara Informan G .....	49
Tabel 4.3. Tabel Kategorisasi Informan M .....	57
Tabel 4.4. Tabel Kategorisasi Informan G .....	153
Tabel 4.5. Kategorisasi Persamaan Kedua Informan .....	286
Tabel 4.6. Kategorisasi Perbedaan Kedua Informan .....	294



## DAFTAR LAMPIRAN

Informasi mengenai Penelitian .....	321
Pernyataan Kesiediaan Mengikuti Penelitian Informan M .....	323
Pernyataan Kesiediaan Mengikuti Penelitian Informan G .....	327
Surat Keterangan Keabsahan Hasil Wawancara Informan M .....	330
Surat Keterangan Keabsahan Hasil Wawancara Informan G .....	331

Nikita Anastasya Junita (2019). “Ternyata aku tidak sendiri”, Studi fenomenologi mengenai gambaran serta faktor-faktor resiliensi pada orang yang pernah melakukan percobaan bunuh diri”. **Skripsi Sarjana Strata 1**. Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

### ABSTRAKSI

Beberapa tahun terakhir, bunuh diri menjadi fenomena yang ramai diberitakan di media massa. Bunuh diri ditemukan menjadi penyebab kematian tertinggi kedua di dunia pada individu dalam rentang usia 15-29 tahun. Bunuh diri merupakan perilaku yang dilakukan sendiri oleh seseorang dengan tujuan mengakhiri hidupnya. Bunuh diri dilakukan oleh individu dilandasi oleh beberapa faktor antara lain: stres, memiliki masalah dan putus asa. Resiliensi merupakan proses individu untuk dapat bangkit kembali dari peristiwa traumatis yang pernah dialaminya. Resiliensi banyak kaitannya dengan peristiwa traumatis maupun kejadian sulit yang dialami oleh individu. Penelitian ini dilakukan dengan metode kualitatif fenomenologi dengan teknik analisis data *inductive thematic analysis*. Informan dalam penelitian ini adalah orang yang pernah melakukan percobaan bunuh diri dan tidak pernah terpikir untuk bunuh diri lagi dalam 3 tahun terakhir, informan dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa individu yang pernah melakukan percobaan bunuh diri bisa bangkit dari keterpurukan yang pernah dialami. Hal tersebut diperoleh dari kondisi diri kedua informan saat ini yang menggambarkan individu yang resilien seperti: optimisme, memiliki kontrol diri, mengevaluasi serta memaknai pengalaman dengan sudut pandang positif, penerimaan diri, koping aktif, memiliki harapan hidup, memiliki tujuan hidup serta upaya untuk mencapainya. Proses resilien pada kedua informan juga didukung oleh faktor seperti: dukungan sosial, dan orang tua.

Kata kunci : Studi fenomenologis, bunuh diri dan resiliensi

Nikita Anastasya Junita. (2019). *“I’m not alone: Study phenomenology of description and factor of resilience in people who had suicide trials”*. Undergraduate Thesis. Faculty of Psychology, Widya Mandala Catholic University of Surabaya.

### **ABSTRACT**

*In recent years, suicide has become a popular phenomenon reported on social media. Suicide is found to be the second highest cause of death in the world for individuals in the age range of 15-29 years (in WHO, 2015). Suicide is a behavior carried out alone by someone with the aim of ending his life. Suicide is carried out by individuals based on several factors, including: stress, problems and despair. Resilience is an individual process to be able to rise again from the traumatic events that have been experienced. Resilience has a lot to do with traumatic events and difficult events experienced by individuals. This research was conducted with qualitative phenomenological methods with inductive thematic analysis data analysis techniques. Informants in this study were people who had carried out suicide attempts and had never thought of committing suicide in the last 3 years, informants were selected by purposive sampling technique. The results of this study illustrate that individuals who have attempted suicide can rise from falling down experienced, this was obtained from the current conditions in the two informants who described resilient individuals such as: optimism, self-acceptance, evaluating and interpreting experience with positive perspective, active coping and , life expectancy, life goals and efforts to achieve them. The resilient process of the two informants was also supported by factors such as: social support, and parents.*

*Key words : Phenomenology study, suicide and resilience.*