

Gambaran *Posttraumatic Growth* (PTG) Pada Mahasiswa Kesehatan Universitas Negeri Gorontalo

Siti Hajar Salawali^{1*}, Nanang Roswita², Anisa S. Zubaedi³

^{1,2} Departemen Ilmu Keperawatan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo, Negara Indonesia

³ Departemen Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Gorontalo, Negara Indonesia

Open Access Freely Available Online

Dikirim: 18 Juni 2026

Direvisi: 8 Agustus 2026

Diterima: 18 Agustus 2026

***Penulis Korespondensi:**

E-mail:

SitiHajar.salawali@ung.ac.id

ABSTRAK

Pendahuluan: Mahasiswa kesehatan berisiko mengalami berbagai peristiwa traumatis yang dapat memengaruhi kesehatan mental. Namun, tidak semua individu mengalami dampak negatif karena sebagian dapat mengalami *Posttraumatic Growth* (PTG), yaitu perubahan psikologis positif setelah menghadapi trauma. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *Posttraumatic Growth* pada mahasiswa kesehatan Universitas Negeri Gorontalo. Metode: Penelitian menggunakan desain deskriptif kuantitatif. Sampel berjumlah 307 mahasiswa dari Program Studi Kedokteran, Keperawatan, Farmasi, dan Kesehatan Masyarakat yang dipilih menggunakan *proportionate stratified random sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner karakteristik responden, paparan kejadian traumatis, dan *Posttraumatic Growth Inventory* (PTGI). Analisis data dilakukan secara univariat dengan penyajian distribusi frekuensi dan persentase. Hasil: Mayoritas responden berusia 18–21 tahun (96,7%) dan berjenis kelamin perempuan (85,0%). Jenis trauma yang paling banyak dialami adalah kehilangan orang yang dicintai (31,7%). Sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat PTG rendah (52,8%), sedangkan 47,2% berada pada kategori tinggi. Domain PTG dengan proporsi kategori tinggi terbesar adalah *Relating to Others* (47,6%). Simpulan: Mahasiswa kesehatan Universitas Negeri Gorontalo menunjukkan kecenderungan PTG yang masih rendah, meskipun sebagian telah mengalami pertumbuhan psikologis positif setelah peristiwa traumatis.

Kata kunci: kesehatan mental, mahasiswa kesehatan, *posttraumatic growth*, trauma, PTG

ABSTRACT

Introduction: Health students are at risk of experiencing various traumatic events that can affect mental health. However, not all individuals experience negative impacts because some can experience Posttraumatic Growth (PTG), namely positive psychological changes after facing trauma. Objective: This study aims to determine the description of Posttraumatic Growth in health students at Gorontalo State University. Method: The study used a quantitative descriptive design. A sample of 307 students from the Medicine, Nursing, Pharmacy, and Public Health Study Programs were selected using proportionate stratified random sampling. Data were collected through questionnaires on respondent characteristics, exposure to traumatic events, and the Posttraumatic Growth Inventory (PTGI). Data analysis was conducted univariately with presentation of frequency distributions and percentages. Results: The majority of respondents were aged 18–21 years (96.7%) and female (85.0%). The most common type of trauma experienced was the loss of a loved one (31.7%). Most students had a low level of PTG (52.8%), while 47.2% were in the high category. The PTG domain with the largest proportion of the high category was Relating to Others (47.6%). Conclusion: Health students at Gorontalo State University showed a tendency toward low PTG, although some experienced positive psychological growth after traumatic events.

Keywords: mental health, health students, *posttraumatic growth*, trauma, PTG

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan kondisi kesejahteraan yang memungkinkan individu mampu mengatasi tekanan hidup, menyadari potensi diri, belajar dan bekerja secara produktif, serta berkontribusi kepada masyarakat. Kesehatan mental juga merupakan hak asasi manusia yang mendasar dan memiliki peran penting dalam kehidupan individu maupun pembangunan sosial (World Health Organization, 2025). Namun, masalah kesehatan mental masih menjadi tantangan global yang serius. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa lebih dari 1 miliar orang di dunia hidup dengan gangguan kesehatan mental, dengan kecemasan dan depresi sebagai kondisi yang paling banyak ditemukan (World Health Organization, 2025). Tingginya angka tersebut menunjukkan bahwa kesehatan mental masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian khusus di berbagai negara.

Di Indonesia, masalah kesehatan mental juga menunjukkan tren yang mengkhawatirkan. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi depresi mencapai 1,4% dari total penduduk, dengan prevalensi tertinggi terdapat pada kelompok usia 15–24 tahun sebesar 2%. Kelompok usia ini sebagian besar berada pada fase remaja akhir hingga dewasa awal, termasuk mahasiswa yang rentan mengalami tekanan psikologis akibat tuntutan perkembangan dan akademik. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa 36,7%–71,6% mahasiswa mengalami stres akademik, sementara mahasiswa pada program studi kesehatan memiliki risiko yang lebih tinggi mengalami stres sedang hingga berat akibat beban perkuliahan, praktik klinik, dan tuntutan akademik lainnya (Yunalia et al., 2022; Marta Prima Yuda et al., 2023; Rahmawati et al., 2025; Smith et al., 2024; Fuller et al., 2024).

Permasalahan tersebut juga tercermin di tingkat daerah, khususnya di Provinsi Gorontalo. Data Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo menunjukkan terdapat 1.881 jiwa yang mengalami gangguan mental emosional pada tahun 2022, sedangkan di Kota Gorontalo tercatat 14 kasus gangguan cemas dan depresi yang mendapatkan pelayanan di puskesmas (Lumagio et al., 2024). Kondisi ini diperparah dengan terbatasnya fasilitas pelayanan kesehatan jiwa karena Provinsi Gorontalo belum memiliki rumah sakit jiwa khusus, sehingga pelayanan kesehatan mental masih bergantung pada rumah sakit umum daerah (Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo, 2023). Selain tekanan akademik, mahasiswa juga dapat menghadapi

berbagai pengalaman traumatis, seperti kehilangan orang terdekat, konflik keluarga, perundungan, maupun pengalaman traumatis lainnya yang berpotensi meningkatkan risiko munculnya gangguan psikologis (Quan et al., 2022; Yuan et al., 2023).

Meskipun trauma sering dikaitkan dengan dampak negatif seperti kecemasan, depresi, dan gangguan stres pascatrauma, tidak semua individu merespons trauma secara maladaptif. Sebagian individu justru mengalami perubahan positif yang dikenal sebagai Posttraumatic Growth (PTG), yaitu kondisi ketika individu mampu menemukan makna baru, meningkatkan hubungan sosial, memperkuat ketahanan diri, menemukan peluang hidup yang baru, serta mengalami peningkatan spiritualitas setelah menghadapi peristiwa traumatis (Quan et al., 2022; Hasanah et al., 2023; O'Donovan & Burke, 2022; Ayubi et al., 2025). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa remaja penyintas bencana maupun mahasiswa kesehatan memiliki potensi untuk mengalami pertumbuhan pascatrauma yang positif (Salawali et al., 2020; Mazaya et al., 2021).

Meskipun penelitian mengenai Posttraumatic Growth telah dilakukan pada berbagai kelompok mahasiswa kesehatan di Indonesia, hingga saat ini belum ditemukan penelitian yang secara khusus menggambarkan Posttraumatic Growth pada mahasiswa kesehatan Universitas Negeri Gorontalo. Padahal, hasil observasi awal menunjukkan bahwa mahasiswa kesehatan UNG memiliki pengalaman traumatis yang beragam, baik yang bersumber dari tuntutan akademik maupun kehidupan pribadi, serta masih memiliki pemahaman yang terbatas mengenai konsep Posttraumatic Growth. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran Posttraumatic Growth pada mahasiswa kesehatan Universitas Negeri Gorontalo.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian deskriptif kuantitatif bertujuan untuk menggambarkan suatu fenomena berdasarkan data numerik tanpa melakukan manipulasi terhadap variabel penelitian. Desain ini dipilih untuk memperoleh gambaran mengenai Posttraumatic Growth (PTG) pada mahasiswa kesehatan di Universitas Negeri Gorontalo (Paramita et al., 2021; Jayusman, 2020).

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada empat jurusan kesehatan di Universitas Negeri Gorontalo, yaitu Jurusan Kedokteran, Keperawatan, Farmasi, dan Kesehatan Masyarakat. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 19 Mei sampai dengan 8 Juni 2026.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif pada empat jurusan kesehatan Universitas Negeri Gorontalo angkatan 2023–2025 yang berjumlah 1.309 mahasiswa. Besar sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 307 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan proportionate stratified random sampling, yaitu teknik pengambilan sampel yang dilakukan secara proporsional berdasarkan strata jurusan dan angkatan sehingga setiap kelompok dalam populasi memiliki peluang yang sama untuk terwakili dalam penelitian. Distribusi sampel terdiri atas 49 mahasiswa Kedokteran, 99 mahasiswa Keperawatan, 62 mahasiswa Farmasi, dan 97 mahasiswa Kesehatan Masyarakat. Kriteria inklusi penelitian meliputi mahasiswa aktif reguler angkatan 2023–2025 pada empat jurusan kesehatan Universitas Negeri Gorontalo, berusia minimal 18 tahun, pernah mengalami peristiwa traumatis, bersedia menjadi responden, tidak sedang cuti akademik, serta mengisi kuesioner secara lengkap.

Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah variabel tunggal, yaitu Posttraumatic Growth (PTG). PTG didefinisikan sebagai pertumbuhan positif yang dialami individu setelah menghadapi peristiwa traumatis yang mencakup lima domain, yaitu appreciation of life, relating to others, personal strength, new possibilities, dan spiritual change.

Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Data penelitian dikumpulkan menggunakan kuesioner daring melalui Google Form. Instrumen penelitian terdiri atas tiga bagian, yaitu kuesioner karakteristik demografi responden, kuesioner paparan kejadian traumatis, dan kuesioner Posttraumatic Growth Inventory (PTGI). PTGI merupakan instrumen self-report yang digunakan untuk mengukur tingkat pertumbuhan psikologis positif setelah individu mengalami peristiwa traumatis. Instrumen ini terdiri dari 21 item yang terbagi ke dalam lima domain, yaitu appreciation of life (3 item), relating to others (7 item), personal strength (4 item), new possibilities (5 item), dan

spiritual change (2 item). Skala yang digunakan adalah skala Likert 0–5, dengan skor 0 menunjukkan tidak mengalami perubahan dan skor 5 menunjukkan mengalami perubahan yang sangat besar. Data primer diperoleh melalui pengisian kuesioner oleh responden, sedangkan data sekunder diperoleh dari data akademik mahasiswa yang berasal dari operator masing-masing jurusan kesehatan Universitas Negeri Gorontalo.

Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Instrumen PTGI yang digunakan telah melalui proses penerjemahan dan back translation (Inggris–Indonesia dan Indonesia–Inggris) oleh Lembaga Bahasa Internasional Fakultas Ilmu Budaya Universitas Indonesia. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item memiliki koefisien korelasi sebesar 0,190–0,869 sehingga dinyatakan valid. Uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,936 yang mengindikasikan bahwa instrumen memiliki tingkat reliabilitas sangat tinggi dan layak digunakan dalam penelitian (Mazaya et al., 2021).

Analisis dan Penyajian Data

Data yang terkumpul melalui Google Form terlebih dahulu dilakukan proses editing, coding, dan tabulasi data. Selanjutnya data dianalisis menggunakan analisis univariat untuk menggambarkan distribusi karakteristik responden, karakteristik kejadian traumatis, tingkat Posttraumatic Growth, serta masing-masing domain PTG. Skor PTGI dikategorikan menjadi PTG tinggi dan PTG rendah berdasarkan nilai median sebagai titik potong (cut-off point). Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase untuk memudahkan interpretasi data.

HASIL

Penelitian ini melibatkan 307 mahasiswa kesehatan Universitas Negeri Gorontalo yang berasal dari Program Studi Kedokteran, Keperawatan, Farmasi, dan Kesehatan Masyarakat. Karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, jurusan, angkatan, dan agama.

Tabel 1
Karakteristik Responden (n=307)

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
18-21 Tahun	297	96,7
22-23 Tahun	10	3,3
Jenis Kelamin		
Laki-laki	46	15,0
Perempuan	261	85,0

Jurusan		
Kedokteran	49	16,0
Keperawatan	99	32,2
Farmasi	62	20,2
Kesehatan Masyarakat	97	31,6
Angkatan		
2023	113	36,8
2024	97	31,6
2025	97	31,6
Agama		
Islam	296	96,4
Kristen	8	2,6
Hindu	2	0,7
Budha	1	0,3

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar responden berusia 18–21 tahun (96,7%), berjenis kelamin perempuan (85,0%), berasal dari jurusan Keperawatan (32,2%), angkatan 2023 (36,8%), dan beragama Islam (96,4%).

Mayoritas responden mengalami kejadian traumatis sebanyak satu kali (42,0%). Jenis kejadian traumatis yang paling banyak dialami adalah kehilangan orang yang dicintai (31,7%), diikuti kecelakaan (17,6%) dan masalah akademik (13,2%). Hasil uji normalitas menunjukkan seluruh variabel memiliki rasio skewness di luar rentang -2 sampai $+2$ sehingga data tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, kategorisasi PTG menggunakan nilai median sebagai cut-off point. Sebanyak 145 mahasiswa (47,2%) memiliki tingkat PTG tinggi dan 162 mahasiswa (52,8%) memiliki tingkat PTG rendah.

Tabel 2
Distribusi Tingkat PTG

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	145	47,2
Rendah	162	52,8
Total	307	100

Tabel 3
Gambaran PTG Berdasarkan Domain

Domain	Tinggi n (%)	Rendah n (%)
Appreciation of Life	121 (39,4)	186 (60,6)
Relating to Others	146 (47,6)	161 (52,4)
Personal Strength	134 (43,6)	173 (56,4)
New Possibilities	141 (45,9)	166 (54,1)
Spiritual Change	136 (44,3)	171 (55,7)

Domain dengan proporsi kategori tinggi terbesar adalah Relating to Others (47,6%),

sedangkan yang terendah adalah Appreciation of Life (39,4%).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keperawatan jiwa dan kesehatan mental, khususnya terkait pemahaman mengenai gambaran posttraumatic growth pada mahasiswa kesehatan yang pernah mengalami kejadian traumatis. Temuan penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa masih berada pada kategori PTG rendah, sehingga diperlukan upaya yang lebih terarah untuk membantu mahasiswa mengembangkan kemampuan coping adaptif, refleksi diri, serta pemaknaan positif terhadap pengalaman traumatis. Selain itu, penelitian ini memberikan informasi mengenai domain-domain PTG yang masih perlu ditingkatkan, terutama pada aspek perubahan prioritas hidup, pengembangan minat baru, kepercayaan terhadap dukungan sosial, keyakinan menghadapi kesulitan, dan pemahaman spiritual yang lebih mendalam. Informasi tersebut dapat menjadi dasar bagi institusi pendidikan kesehatan untuk merancang program promosi kesehatan mental, konseling, pendampingan psikologis, serta penguatan dukungan sosial dan spiritual bagi mahasiswa. Dengan demikian, hasil penelitian ini tidak hanya memperkaya kajian ilmiah mengenai PTG pada mahasiswa kesehatan, tetapi juga dapat dimanfaatkan sebagai bahan pertimbangan dalam pengembangan intervensi kesehatan mental yang berorientasi pada peningkatan pertumbuhan psikologis pascatrauma di lingkungan perguruan tinggi (Yeung & Chow, 2020; Tsirimokou et al., 2023; Yao et al., 2024).

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam menginterpretasikan hasil penelitian. Pertama, penelitian ini hanya menggambarkan karakteristik dan faktor-faktor yang diduga berhubungan dengan posttraumatic growth tanpa melakukan analisis hubungan maupun pengaruh antarvariabel. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menganalisis faktor-faktor yang berkontribusi terhadap pembentukan posttraumatic growth pada mahasiswa. Kedua, penelitian ini hanya menggunakan instrumen skrining Posttraumatic Growth Inventory (PTGI) tanpa mengukur kondisi posttraumatic stress disorder (PTSD) secara bersamaan. Akibatnya, penelitian belum dapat menggambarkan apakah responden yang menunjukkan pertumbuhan pascatrauma juga masih mengalami gejala stres pascatrauma akibat pengalaman traumatis yang pernah dialami.

Ketiga, pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner self-report sehingga jawaban responden sangat bergantung pada tingkat kejujuran, pemahaman, dan persepsi masing-masing individu. Selain itu, pengisian kuesioner dilakukan di sela-sela aktivitas perkuliahan sehingga waktu interaksi antara peneliti dan responden relatif terbatas. Meskipun demikian, peneliti berupaya meminimalkan bias dengan mendampingi responden selama proses pengisian kuesioner dan memberikan penjelasan apabila terdapat pertanyaan yang kurang dipahami.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 307 mahasiswa kesehatan Universitas Negeri Gorontalo yang pernah mengalami kejadian traumatis, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden berusia 18–21 tahun, berjenis kelamin perempuan, dan didominasi oleh mahasiswa Keperawatan. Jenis kejadian traumatis yang paling banyak dialami adalah kehilangan orang yang dicintai karena meninggal dunia, diikuti kecelakaan, masalah akademik, kesulitan keuangan, dan putus hubungan asmara, dengan mayoritas kejadian terjadi lebih dari empat tahun yang lalu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat Posttraumatic Growth (PTG) mahasiswa kesehatan masih cenderung berada pada kategori rendah, meskipun hampir setengah responden telah menunjukkan PTG yang tinggi. Mahasiswa Kedokteran memiliki proporsi PTG tinggi terbesar dibandingkan jurusan lainnya. Secara keseluruhan, pengalaman traumatis tidak hanya menimbulkan dampak negatif, tetapi juga berpotensi mendorong pertumbuhan psikologis positif, terutama pada aspek hubungan dengan orang lain, kemungkinan baru, dan perkembangan spiritual.

REFERENSI

- Ayubi, B., Sediqi, K. Z., & Mirzaee, M. J. (2025). *Traumatic Events , Post-Traumatic Stress Disorder , and Post- Traumatic Growth among University Students in Kabul City*. 2(3).
- Marta Prima Yuda et. al. (2023). *Description Of Students' Academic Stress Levels In Completing Their Final Thesis Assignments At The Faculty Of Medicine And Health Sciences Universitas Jambi*. 2(1).
- Mazaya, M., Susanti, H., Farosyah, A., Panjaitana, R. U., & Kunci, K. (2021). *Deskripsi pertumbuhan pascatrauma (PTG) pada calon tenaga kesehatan*. 31, 257–260.
- O'Donovan, R., & Burke, J. (2022). Factors

- Associated with Post-Traumatic Growth in Healthcare Professionals: A Systematic Review of the Literature. *Healthcare (Switzerland)*, 10(12). <https://doi.org/10.3390/healthcare10122524>
- Quan, L., Lü, B., Sun, J., & Zhao, X. (2022). *The relationship between childhood trauma and post-traumatic growth among college students : The role of acceptance and positive reappraisal*. August, 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.921362>
- Salawali, S. H., Susanti, H., Daulima, N. H. C., & Putri, A. F. (2020). Posttraumatic growth in adolescent survivors of earthquake, tsunami, and liquefaction in Palu Indonesia: A phenomenological study. *Pediatric Reports*, 12. <https://doi.org/10.4081/pr.2020.8699>
- World Health Organization. (2025a). *Mental health: strengthening our Response*. WHO.
- World Health Organization. (2025b). *Over a billion people living with mental health conditions – services require urgent scale-up*. WHO.
- Yuan, T., Li, X., Liu, H., Guo, L., & Zhang, L. (2023). *Community trauma exposure and post-traumatic stress disorder in Chinese children and adolescents*.
- Yunalia, E. M., Perdana, I., Suharto, S., Pakili, I. A., Keperawatan, P. S., Kesehatan, F. I., & Kadiri, U. (2022). *Analisis status mental emosional remaja tahap akhir*. 10(2), 355–362.