

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian lapangan dan pembahasan tentang *post traumatic growth* pada mahasiswa pasca meninggalnya orang tua bahwa subjek mengalami *post traumatic growth*. Hal ini terlihat dari penjelasan berikut :

1. Gambaran *post traumatic growth* pada mahasiswa pasca meninggalnya orang tua.

Pada aspek penghargaan hidup (*Appreciation of life*), sebagai wujud dalam menghargai kehidupan setelah kehilangan ayah subjek memprioritaskan kehidupannya pada pendidikan dan kesehatan. Selain itu, subjek juga menghargai kembali waktu bersama keluarga, menjalankan amanah almarhum sang ayah, serta mengenang moment bersama alhamrhum. Untuk membangun aspek hubungan dengan orang lain (*Relating to others*) setelah kehilangan ayah, subjek mewujudkan melalui interaksi yang lebih intens dengan orang lain baik itu keluarga atau teman sebaya. Selain itu, subjek juga menumbuhkan kepercayaan terhadap orang lain dan senang menerima bantuan dari orang lain. Pada aspek kekuatan personal (*Personal Strenght*) terlihat subjek memiliki kekuatan tersendiri berupa berpegang pada amanah sang ayah, siap dengan tantangan hidup, dan mencoba hidup jauh lebih mandiri serta dapat mengoptimalkan diri dalam pemecahan suatu masalah. Selain tiga aspek yang sudah dijabarkan, setelah mengalami peristiwa traumatis juga menghadirkan

beberapa kemungkinan-kemungkinan baru (*New Possibilities*) diantaranya memilih jalan hidup yang sebelumnya diragukan, mencari peluang baru dalam hidup dan memiliki minat baru yaitu *journalling* atau menulis. Dan yang terakhir, yaitu perkembangan spiritual (*Spiritual Development*) yang terlihat pada peningkatan pemahaman spiritual salah satunya keikhlasan, kesadaran tentang kematian serta persiapan untuk menghadapi kematian tersebut. Selain itu, dalam orientasi spiritual masa depan subjek memiliki keinginan untuk memiliki pasangan hidup yang religiusitas.

2. Faktor yang mempengaruhi *post traumatic growth* pada mahasiswa pasca meninggalnya orang tua.

Dalam upaya mendorong *post traumatic growth* terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi subjek setelah mengalami peristiwa traumatis diantaranya harapan atau tujuan yang akan dicapai kedepannya, usia yang masih muda dan jenis kelamin perempuan, optimisme atau keyakinan akan adanya hal baik setelah peristiwa traumatis, *time since event* atau jarak antara waktu saat ini dengan peristiwa traumatis, serta karakteristik traumatis.

3. Proses *post traumatic growth* yang dirasakan oleh subjek pasca meninggalnya orang tua.

Setiap individu yang mengalami peristiwa traumatis akan melalui proses berbeda-beda dan juga tergantung dari faktor yang mempengaruhinya. Subjek sendiri memulai proses *post traumatic growth* setelah lebih kurang satu bulan setelah mengalami peristiwa traumatis yang dipengaruhi oleh adanya stimulus

tanggung jawab akademik dan berlanjut hingga saat sekarang. Banyak faktor yang mempengaruhinya seperti dukungan sosial, kebiasaan baru, kekuatan diri, dan spiritualitas.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka terdapat beberapa saran diantaranya :

1. Bagi subjek : Terus berikan ruang untuk bisa tumbuh dan berkembang ke arah yang lebih positif agar proses yang sudah dilalui hingga saat ini tidak sia-sia. Bangun semangat dan lebih bersinergi untuk menghadapi kehidupan selanjutnya serta lebih maksimalkan religiusitas dimana dan kapanpun itu.
2. Bagi individu yang mengalami peristiwa traumatis serupa atau tidak serupa : Memaknai sebuah kejadian traumatis dan memprosesnya hingga melahirkan sebuah perubahan kearah yang lebih positif jauh lebih baik dibandingkan jika hanya berhenti pada situasi tersebut.
3. Bagi peneliti selanjutnya : Peneliti selanjutnya bisa memperluas lingkup penelitian ini seperti menambahkan faktor yang mendukung lainnya seperti agama atau budaya, mengembangkan penelitian ini dalam bentuk kuantitatif atau mencampurkan dua metode kualitatif dan kuantitatif dengan menghubungkan dengan variabel psikologi lainnya seperti sikap belas kasihan terhadap diri sendiri (*self compassion*) atau dukungan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdussamad, Z. (2021). *Metode Penelitian Kualitatif*. CV Syakir Media Press.
- Aditya, M. F., Chandra, Y. A., & Puteri, Y. S. E. (2025). *Social Support with PTG among Trauma Survivors: Systematic Review*. 7(4).
- Almas, H. S., & Kusristanti, C. (2021). Posttraumatic Growth pada Remaja Wanita yang Mengalami Kekerasan dalam Pacaran Ditinjau dari Perceived Social Support dan Variabel Demografi. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 6(2), 231–243. <https://doi.org/10.33367/psi.v6i2.1634>
- Asmika Tranggono, Titin Florentina, & Andi Muhammad Aditya. (2022). Kesejahteraan Psikologis terhadap Kesepian pada Mahasiswa Rantau. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2. <https://doi.org/10.56326/jpk.v2i2.1958>
- Aulia Agustina, Naya Dwi Oktavia, Anita Miranti, Anisa Juniarti, & Ilham Akbar. (2023). Hubungan Anak Broken Home Terhadap Post Traumatic Growth. *Proceeding Conference On Psychology and Behavioral Sciences*, 2(1), 53–61. <https://doi.org/10.61994/cpbs.v2i1.41>
- Awaluddin, A. S., Widyastuti, & Zainuddin, K. (2024). Post-traumatic Growth pada Wanita Dewasa Awal Pasca Perceraian Orang tua. *MEDIAPSI*, 10(2), 268–281. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2024.0010.02.971>
- Azizah, A. R. N., & Uyun, A. Q. (2024). *Study Literatur: Perkembangan Spiritual Dan Peran Agama Dalam Mempengaruhi Kesehatan Mental Remaja*. 10(4).
- Barrington, Shakespeare, & Finch. (2013). Posttraumatic growth in refugees: A commentary on the current research and future directions. *Journal Intercultural Studies*, 34, 148–163.
- Bayu Bimantara, G., Widiawati Retnoningtias, D., & Ari Indra Dewi, N. N. (2022). Gambaran Resiliensi Pada Single Mother Pasca Kematian Pasangan. *JURNAL PSIMAWA*, 5(2), 104–108. <https://doi.org/10.36761/jp.v5i2.2117>
- Calsum, A. Y., & Purwandari, E. (2024). Dukungan Sosial dan Resiliensi Pada Remaja Pasca Kematian Orang Tua: Sebuah Kajian Literatur. *JURNAL Al-AZHAR INDONESIA SERI HUMANIORA*, 9(2), 139. <https://doi.org/10.36722/sh.v9i2.3111>
- Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Kilmer, R. P., Gil-Rivas, V., Vishnevsky, T., & Danhauer, S. C. (2010). The Core Beliefs Inventory: A brief measure of

disruption in the assumptive world. *Anxiety, Stress & Coping*, 23(1), 19–34. <https://doi.org/10.1080/10615800802573013>

Cokorde Istri Ayu Laksmi Dewi & Luh Kadek Pande Ary Suilawati. (2022). Kajian Fenomenologi Tentang Makna Bullying Dan Pencapaian Posttraumatic Growth Pada Mahasiswa Penyintas Bullying Di Bali. *Jurnal Psikologi Konseling*, 20.

Farida, A., Dewi, R., & Anastasya, Y. A. (2023). *Post-traumatic Growth pada Remaja Korban Kekerasan Seksual*. 1.

Frazier, Shallcross, & Becker. (2009). Pengungkapan trauma berbasis internet dan pertumbuhan pascatrauma. *Jornal of Loss and Trauma*, 6, 453–470.

Hasanah, N., Hidayah, N., & Safaria, T. (2023). Posttraumatic Growth pada Individu Dewasa Penyintas Child Maltreatment. *Jiip - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(7), 4722–4733. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i7.1895>

Helena Nova Dianti & Hadi Sutarmanto. (2016). Dampak Kehilangan Ayah pada Perempuan Dewasa Muda terhadap relasi Intim: Dinamika Pribadi yang Sehat. *Repository UGM*.

Iman Setiadi Arif. (2016). *Psikologi Positif: Pendekatan Saintifik Menuju Kebahagiaan*. PT Gramedia Pustaka Utama.

Indriani, N., & Arbi, D. K. A. (2022). Post-traumatic Growth among Adolescents who Lost Their Parents to Covid-19 (Pertumbuhan Pasca-trauma pada Remaja yang Kehilangan Orang Tua karena Covid-19). *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 7.

John W. Creswell. (2012). *Research Desain: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Pustaka Belajar.

Joseph & Linley. (2006). *Growth following adversity: Theoretical perspectives and implications for clinical practice*. 26(8), 1041–1053.

Kaler, Erbes, Tedeschi, Arbisi, & Polusny. (2018). Prospective study of posttraumatic growth in National Guard soldiers deployed to Iraq. *Journal of Traumatic Stress*, 21, 410–416.

Kurniawan, U., & Wahyuni, H. (2024). *GAMBARAN PERTUMBUHAN PASCA TRAUMA PADA WANITA DEWASA AWAL KORBAN KEKERASAN DALAM PACARAN*.

- Lawrence G. Calhoun & Richard G. Tedeschi. (2004). AUTHORS' RESPONSES The Foundations of Posttraumatic Growth: New Considerations. *Psychological Inquiry*, 15, 93–102.
- Lowe, Arcaya, Vale, Rhodes, Rizh Edward, Roberts, & Koenen. (2020). Do levels of posttraumatic growth vary by type of traumatic event experienced? An analysis of the Nurses' Health Study II. *Psychological trauma: Teori, Research, Practice and Policy*, 7, 1221–1229.
- Manurung, D. L. B., & Ningsih, Y. T. (2023). Post-Traumatic Growth Pada Korban Kekerasan Seksual. *EDU SOCIATA (JURNAL PENDIDIKAN SOSIOLOGI)*, 6(2), 1091–1098. <https://doi.org/10.33627/es.v6i2.1571>
- Meilinawati, A. (2023). Construct Validity of Posttraumatic Growth Inventory in the Context of the COVID-19 Pandemic. *JP3I (Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia)*, 12(1), 17–30. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v12i1.24365>
- Miskahuddin, M. (2019). KEMATIAN DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI QUR'ANI. *Jurnal Ilmiah Al-Mu'ashirah*, 16(1), 80. <https://doi.org/10.22373/jim.v16i1.5743>
- Moelong. (2013). *Metode Penelitian Kualitatif*. PT Remaja Rosdakarya.
- Muhammad Samsul Arifin, Elka Tiara Zunia, Siti Khoirun Ni'mah, Fuji Juliana Wulandari, Reni Lailatul Maqfiroh, & Faruq Faruq. (2023). Post-Traumatic Growth Experiences Of Bullying Victims. *Academic Journal of Psychology and Counseling*, 4, 97–126.
- Mulya Virgonita, Shinta Pratiwi, & Sutejo. (2024). Post-Traumatic Growth (PTG) pada Pasien Pasca Stroke. *Konferensi Nasional Psikologi Kesehatan V Universitas Yarsi*, 30–36.
- Muslihaturobbiah, M., & Triyono, T. (2025). Posttraumatic Growth in Adolescent Survivors of the Mount Merapi Eruption Disaster. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 16(01), 27–35. <https://doi.org/10.26740/jptt.v16n01.p27-35>
- Mustamin, S. N., Dwi Hastuti, & Yulina Eva Riany. (2023). ANALISIS RIWAYAT PENGASUHAN PADA TINGKAT POSTTRAUMATIC GROWTH BERBEDA PADA DEWASA MUDA SETELAH TERINFEKSI COVID-19: Analysis of Parenting History on Different Levels of Posttraumatic Growth in Young Adult After Covid-19 Infection. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 16(3), 249–260. <https://doi.org/10.24156/jikk.2023.16.3.249>

- Neviyarni, A. (2020). PERKEMBANGAN KOGNITIF, BAHASA, PERKEMBANGAN SOSIO-EMOSIONAL, DAN IMPLIKASINYA DALAM PEMBELAJARAN. *Inovasi Pendidikan*, 7(2). <https://doi.org/10.31869/ip.v7i2.2380>
- Novanti, I. D., & Asiyah, S. N. (2023). Dinamika Post Traumatic Growth Pada Anak Berhadapan Dengan Hukum (ABH). *Psycho Aksara : Jurnal Psikologi*, 1(2), 170–178. <https://doi.org/10.28926/pyschoaksara.v1i2.1023>
- Novia, W. R. (2022). GAMBARAN RESILIENSI PADA REMAJA PUTRI PASCA KEMATIAN IBU DI KABUPATEN KENDAL.
- Nurmawati, E. I., & Ramadhani, A. P. (2023). *Post traumatic growth terhadap Remaja Perempuan Korban Kekerasan Seksual*.
- Paluska & Schwenk. (2000). Aktivitas fisik dan kesehatan mental: Konsep terkini. *Sports Medicine*, 3, 167–180.
- Poerwandari. (2005). *Pendekatan Kualitatif Untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Lemaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Prati & Pietratoni. (2009). Optimism, social support, and coping strategies as factors contributing to posttraumatic growth: A meta-analysis. *Journal of Loss and Trauma*, 5, 364–388.
- Prof. Dr. Hamka. (2015a). *Tafsir Al-Azhar Jilid 2*. Gema Insani.
- Prof. Dr. Hamka. (2015b). *Tafsir Al-Azhar Jilid 5*. Gema Insani.
- Prof. Dr. Hamka. (2015c). *Tafsir Al-Azhar Jilid 9*. Gema Insani.
- Purwanto, M. D., & Hendriyani, R. (2021). Tumbuh dari Luka: Gambaran Post-Traumatic Growth pada Dewasa Awal Pasca Perceraian Orang Tua. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 12(2), 185–197. <https://doi.org/10.15294/intuisi.v12i2.24697>
- Putri, D. D. (2023). Aku Perempuan Tangguh: Dinamika Strategi Coping Remaja Perempuan Pasca Kehilangan Ayah di Masa Pandemi COVID-19. *JURNAL PSIKOLOGI INSIGHT*, 7(1), 53–64. <https://doi.org/10.17509/insight.v7i1.64740>

- Rachmawati, I. N. (2007). Pengumpulan Data Dalam Penelitian Kualitatif: Wawancara. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 11(1), 35–40. <https://doi.org/10.7454/jki.v11i1.184>
- Rahmah, S. (2017). POSTTRAUMATIC GROWTH PADA REMAJA KORBAN KONFLIK ACEH. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 2.
- Rianingsih. (2023). Post Traumatic Growth Pada Perempuan Penyintas Bullying. *UIN Raden Mas Said Surakarta*, 13.
- Richard G. Tedeschi & Lawrence G. Calhoun. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of 7t' Traumatic Stres*, 9.
- Robertus Surjoseto & Devy Sofyanty. (2024). Gambaran Post Traumatic Growth Pada Pasien Kanker Serviks Paska Histerektomi. *Observasi : Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2(2), 58–69. <https://doi.org/10.61132/observasi.v2i3.385>
- Rohmah, I. M., & Yuliasari, H. (2023). *Post Traumatic Growth pada Korban Broken Home (Post Traumatic Growth in Broken Home Victims)*. 14(1), 34.
- Santrock J.W. (2011). *Life-span development 13th ed* (13 ed.). McGraw-Hill.
- Sugiyono. (2003). *Metodologi Penelitian*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sutejo, Virgonita, M., & Pratiwi, S. (2025). Post-Traumatic Growth (PTG) pada Pasien Pasca Stroke. *Prosiding Konferensi Nasional Psikologi Kesehatan*, 30–36. <https://doi.org/10.33476/knpk.v5i1.5160>
- Taku, Calhoun, & Tedeschi. (2008). Posttraumatic growth and cognitive processing among bereaved Japanese college students. *Death Studies*, 32, 418–444.
- Tazkiyah, A. Y. (2019). Resiliensi dan Post Traumatic Growth (PTG). *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(3). <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i3.4796>
- Tedeschi, R. G., Shakespeare-Finch, J., Taku, K., & Calhoun, L. G. (2018). *Posttraumatic growth: Theory, research, and applications*. Routledge.
- Thompsom. (2000). Spiritualitas sebagai sumber untuk memahami dan mendorong pertumbuhan pascatrauma. *Journal of Clinical Psychology*, 10, 1219–1233.

- Tri Belan Harjuna, R. & Rinaldi. (2022). Kontribusi Regulasi Emosi terhadap Resiliensi Mahasiswa dengan Rentang Usia Remaja Pasca Kematian Orangtua. *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 6(1), 29–44. <https://doi.org/10.30762/happiness.v6i1.480>
- Utami, P. (2020). Gambaran Post Traumatic Growth Pada Wanita Dewasa Awal yang Mengalami Kekerasan Dalam Berpacaran. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 297. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i2.4914>
- Vishnevsky, Calhoun, Tedeschi, & Demakis. (2010). Gender differences in self-reported posttraumatic growth: A meta-analysis. *Psychology of Women Quarterly*, 1, 110–120.
- Wahyunnisa Aisy Agustini & Anniez Rachmawati Musslifah. (2024). Post-Traumatic Growth Pada Wanita Yang Mengalami Toxic Relationship Menurut Perspektif Psikologi Islam. *Jurnal Sosial Humaniora dan Pendidikan*, 3(1), 85–96. <https://doi.org/10.55606/inovasi.v3i1.2601>
- Weiss & Berger. (2006). Pertumbuhan pascatrauma dan berduka. *Journal of Loss and Trauma*, 5, 259–270.
- Wildan Hersa Syakir, Andrea Adisa, Mohamad Faqih Cakradipura, Astrella Syakira Honey, & Lutfiah Syafiqoh. (2023). Pandangan Terhadap Kematian Dalam Perspektif Al-Quran Dan Ilmu Kedokteran Modern. *Jurnal Yudistira: Publikasi Riset Ilmu Pendidikan dan Bahasa*, 2(1), 128–136. <https://doi.org/10.61132/yudistira.v2i1.401>
- Yu & Chen. (2014). Trauma and posttraumatic growth among Chinese undergraduate students: A prospective study. *Psychological trauma: Teori, Research, Practice and Policy*, 123–132.
- Zacchaeus & Onyishi. (2021). Examining the role of religious commitment and resilience as predictors of posttraumatic growth in a Nigerian sample of trauma survivors. *Journal of Psychology in Africa*, 2, 123–130.
- Zahara, R. A., & Minerty, P. B. (2021). *POST TRAUMATIC GROWTH PADA WANITA SURVIVOR KANKER PAYUDARA*. 7(2).
- Zahrani, F. T., Aini, S., Firjatullah, C. T., Faizah, F. S. A., & Islaha, S. (2024). The Resurgence of Cianjur Earthquake Adolescent Survivors: The Role of Coping Mechanisms and Resilience. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 15(03), 247–255. <https://doi.org/10.26740/jptt.v15n03.p247-255>

Zhou & Wu. (2016). The relationship between rumination, posttraumatic stress disorder, and posttraumatic growth among Chinese adolescents after earthquake: A longitudinal study. *Journal of Affective Disorder*, 3, 242–248.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
IMAM BONJOL
PADANG