

## HUBUNGAN TRAUMA PSIKOLOGIS TERHADAP TINGKAT DEPRESI PADA MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS MALAHAYATI BANDAR LAMPUNG

Della Ling Kim<sup>1</sup>, Rakhmi Rafie<sup>2\*</sup>, Aswan Jhonet<sup>3</sup>, Sri Maria Puji Lestari<sup>4</sup>

<sup>1-4</sup>Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

<sup>\*</sup>Email Korespondensi : rakhmi83@malahayati.ac.id

**Abstract: The Relationship of Psychological Trauma to Depression Levels in Medical Students of Malahayati University Bandar Lampung.** Depression is a mental disorder characterized by prolonged feelings of sadness, loss of interest or pleasure in usually enjoyed activities, increased fatigue, decreased energy, feelings of low self-worth, and reduced concentration. This disorder can trigger depression, with some previous studies indicating that experiences of psychological trauma can precipitate major depression. Students are one of the vulnerable groups to psychological trauma. This study aims to determine the distribution of sample characteristics, psychological trauma, and depression levels among medical students, as well as to explore the relationship between psychological trauma and depression levels. This research is expected to provide new insights into the mental health conditions of medical students, to enhance understanding and management of mental health disorders in the academic environment. This is an analytical observational study with a cross-sectional design. The research sample consisted of 158 medical students from Malahayati University, Bandar Lampung, from the 2022 cohort, selected through a questionnaire. Data were analyzed using relevant statistical methods to evaluate the relationship between psychological trauma and depression levels. Research Findings were collected through questionnaires for psychological trauma and depression levels. The majority of respondents were aged 19-21 years (81.6%) and female (67.1%). Most respondents experienced moderate psychological trauma (57%) and moderate depression levels (83.5%). Bivariate analysis indicated a relationship between psychological trauma and depression levels ( $p < 0.002$ ,  $r = 0.244$ ), albeit with a low correlation coefficient. There is a relationship between psychological trauma and depression levels among medical students at Malahayati University, Bandar Lampung, in 2022. The majority of respondents experienced moderate psychological trauma and moderate depression levels.

**Keywords:** Depression, Psychological, Trauma

**Abstrak : Hubungan Trauma Psikologis Terhadap Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung.** Depresi adalah gangguan mental yang ditandai oleh perasaan sedih yang berkepanjangan, hilangnya minat atau kesenangan dalam aktivitas yang biasanya dinikmati, peningkatan kelelahan, berkurangnya energi, perasaan rendah diri, dan berkurangnya konsentrasi. Gangguan ini dapat menjadi pemicu depresi, dengan beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pengalaman trauma psikologis dapat memicu depresi mayor. Mahasiswa merupakan salah satu kelompok rentan terhadap trauma psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui distribusi karakteristik sampel, trauma psikologis, dan tingkat depresi pada mahasiswa kedokteran, serta untuk mengeksplorasi hubungan antara trauma psikologis dan tingkat depresi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru mengenai kondisi kesehatan mental mahasiswa kedokteran, untuk meningkatkan pemahaman dan penanganan gangguan kesehatan jiwa di lingkungan akademik. Penelitian ini merupakan studi observasional analitik dengan

desain potong lintang. Sampel penelitian terdiri dari 158 mahasiswa kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung tahun angkatan 2022, yang dipilih melalui kuesioner. Data dianalisis menggunakan metode statistik yang relevan untuk mengevaluasi hubungan antara trauma psikologis dan tingkat depresi. Hasil Penelitian dikumpulkan melalui kuesioner untuk trauma psikologis dan kuesioner untuk tingkat depresi. Mayoritas responden berusia 19-21 tahun (81,6%) dan perempuan (67,1%). Sebagian besar responden mengalami trauma psikologis sedang (57%) dan tingkat depresi sedang (83,5%). Analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan antara trauma psikologis dan tingkat depresi ( $p < 0,002$ ,  $r = 0,244$ ), meskipun dengan tingkat korelasi yang rendah. Terdapat hubungan antara trauma psikologis dan tingkat depresi pada mahasiswa kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung tahun 2022. Mayoritas responden mengalami trauma psikologis sedang dan tingkat depresi sedang.

**Kata Kunci:** Depresi, Psikologis, Trauma

## PENDAHULUAN

Trauma psikologis adalah suatu kondisi yang timbul akibat dari pengalaman-pengalaman yang mengganggu secara emosional atau psikologis yang dapat menyebabkan stres berat dan menyebabkan dampak negatif yang berkepanjangan pada kesejahteraan mental seseorang. Pengalaman trauma psikologis dapat meliputi kejadian traumatis seperti kekerasan fisik atau seksual, kecelakaan yang parah, kematian orang yang dicintai, atau pengalaman lain yang mengancam keselamatan atau kesejahteraan seseorang. Washington, DC American Psychiatric Association (2013).

Peristiwa traumatis menjadi pemicu bagi depresi. Depresi yang terkait dengan trauma dan memenuhi kriteria untuk depresi mayor dapat dipicu baik secara langsung maupun tidak langsung oleh pengalaman trauma psikologis. Penelitian sebelumnya telah mengindikasikan bahwa 61% dari pasien dengan depresi episode pertama dan 51% dari pasien dengan depresi berulang melaporkan pengalaman trauma, termasuk trauma masa kanak-kanak, peristiwa kehidupan yang baru-baru ini terjadi, dan stresor di lingkungan kerja (Petereit-Haack G, 2020).

Penelitian lain oleh Adlaf et al. (2019) menunjukkan bahwa mahasiswa sering mengalami Trauma psikologis dalam bentuk kecemasan dan depresi. Depresi adalah sebuah gangguan emosi yang sering kali mencakup gejala

seperti perubahan pola tidur, gangguan konsentrasi, perasaan putus asa, kelelahan yang berlebihan, penurunan nafsu makan, bahkan mungkin munculnya keinginan untuk mengakhiri hidup. Depresi juga dapat bervariasi dalam tingkat keparahan, termasuk ringan, sedang, atau berat, serta bisa bersifat berulang atau psikogenik. Gangguan ini sering kali berdampak pada pemikiran tentang bunuh diri, motivasi dalam melakukan pekerjaan dan belajar, serta kualitas hubungan dengan orang lain.

Data dari WHO menunjukkan bahwa depresi memiliki dampak global yang signifikan, dengan lebih dari 264 juta orang di seluruh dunia menderita depresi, termasuk 5% orang dewasa. Diperkirakan 3,8% populasi mengalami depresi, termasuk 5% orang dewasa (4% pada pria dan 6% pada wanita), dan 5,7% orang dewasa berusia lebih dari 60 tahun. Sekitar 280 juta orang di dunia mengalami depresi (1). Depresi sekitar 50% lebih umum terjadi pada wanita dibandingkan pria. Lebih dari 700.000 orang meninggal karena bunuh diri setiap tahunnya. Bunuh diri adalah penyebab kematian keempat pada kelompok usia 15-29 tahun (WHO, 2018). Penelitian terbaru menunjukkan adanya hubungan antara PTSD dan depresi, meskipun sebagian penelitian mengindikasikan korelasi yang lemah pada gejala trauma berulang (Frewen dkk., 2016).

Penelitian ini didasarkan pada mahasiswa Angkatan 2020 yang sedang aktif menempuh pendidikan tinggi saat

penelitian dilaksanakan, dengan tujuan meningkatkan relevansi dan aktualitas hasil penelitian terhadap kondisi mahasiswa Kedokteran pada periode tertentu.

Selain itu, dalam konteks kesehatan jiwa, mahasiswa kedokteran, seperti yang terjadi pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung, dapat mengalami dampak serius dari trauma psikologis dan depresi, termasuk kecemasan saat menghadapi ujian sempro dan ujian komprehensif, gangguan mood, penurunan kualitas hidup, dan risiko lainnya. Oleh karena itu, penelitian ini

akan mengeksplorasi hubungan antara trauma psikologis dan tingkat depresi pada mahasiswa kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung pada tahun Angkatan 2022.

#### **METODE**

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan *Cross Sectional* melalui pemeriksaan trauma psikologis dan depresi menggunakan kuesioner model IES-R dan model ZSDS dengan 158 sampel.

#### **HASIL**

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa frekuensi berdasarkan kuesioner yang dilakukan peneliti berdasarkan kelompok usia dan jenis kelamin pada mahasiswa Kedokteran Universitas

Malahayati Bandar Lampung tahun 2022 paling banyak terdapat pada kelompok usia 19-21 tahun dengan jumlah 129 responden dengan persentase 81,6%.

**Tabel 1. Distribusi Berdasarkan Usia**

<b>Kelompok usia</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase (%)</b>
16-18 tahun	26	16,5
19-21 tahun	129	81,6
22-24 tahun	3	1,9
> 25 tahun	0	0
Total	158	100,0

**Tabel 2. Distribusi Berdasarkan Jenis Kelamin**

<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase (%)</b>
Laki - laki	52	32,9
Perempuan	106	67,1
Total	158	100.0

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa frekuensi berdasarkan kuesioner yang dilakukan peneliti berdasarkan kelompok usia dan jenis kelamin pada mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati

Bandar Lampung tahun 2022 paling banyak terdapat pada untuk kelompok jenis kelamin perempuan dengan jumlah 106 responden dengan persentase 67,1%.

**Tabel 3. Distribusi Berdasarkan Trauma Psikologis**

Trauma psikologis	Jumlah	Persentase (%)
Ringan	59	37,3
Sedang	90	57
Berat	9	5,7
Total	158	100,0

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa frekuensi berdasarkan kuesioner yang dilakukan peneliti berdasarkan trauma psikologis pada mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung tahun 2022 paling banyak terdapat pada untuk kelompok trauma psikologis sedang dengan jumlah 90 responden dengan persentase 57%.

**Tabel 4. Distribusi Berdasarkan Tingkat Depresi**

Depresi	Jumlah	Persentase (%)
Ringan	21	13,3
Sedang	132	83,5
Berat	5	3,2
Total	158	100,0

Berdasarkan tabel 4 di atas menunjukkan bahwa frekuensi berdasarkan kuesioner yang dilakukan peneliti berdasarkan tingkat depresi pada mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung tahun 2022 paling banyak terdapat pada untuk kelompok depresi sedang dengan jumlah 132 responden dengan persentase 83,5%.

**Tabel 5. Hubungan Trauma Psikologis dengan Tingkat Depresi**

	Median (Min-Max)	<i>P-value</i>	<i>R</i>
Trauma psikologis	31 (19-48)	0,002	0,244
Depresi	64 (50-74)		

Berdasarkan tabel 5 di atas menunjukkan bahwa Nilai tengah dari skor Trauma Psikologis adalah 31, dengan rentang nilai minimum 19 dan nilai maksimum 48, Sedangkan Nilai tengah dari skor depresi adalah 64, dengan rentang nilai minimum 50 dan nilai maksimum 74.

Pada hasil uji statistik diperoleh nilai *p-value* (0,002) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara trauma psikologis terhadap depresi pada mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung angkatan tahun 2022, dengan nilai korelasi (*r*) adalah 0,244 yang dapat diartikan bahwa terdapat hubungan dengan tingkat korelasi rendah antara

trauma psikologis terhadap tingkat depresi.

## PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan uji korelasi Spearman untuk menganalisis hubungan antara trauma psikologis dan tingkat depresi pada mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung tahun 2022. Uji ini masuk ke dalam kategori analisis bivariat, karena melibatkan analisis hubungan antara dua variabel, yaitu trauma psikologis dan tingkat depresi. Selain itu, bagian penelitian ini juga mencakup analisis univariat, yang merupakan analisis statistik deskriptif terhadap satu variabel tunggal.

Misalnya, dalam tabel 4.1, 4.2, dan 4.3, penelitian tersebut melakukan analisis univariat terhadap distribusi berdasarkan usia, jenis kelamin, trauma psikologis, dan tingkat depresi. secara keseluruhan, penelitian ini meliputi analisis univariat (4.2) dan analisis bivariat (4.3). Pada penelitian ini dari 158 responden menunjukkan bahwa pada responden yang paling banyak terdapat pada untuk kelompok trauma psikologis sedang dengan jumlah 90 responden dengan persentase 57%. Selanjutnya responden paling banyak terdapat pada untuk kelompok depresi sedang dengan jumlah 132 responden dengan persentase 83,5%.

Distribusi Berdasarkan Usia Mayoritas responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa berusia 19-21 tahun, dengan jumlah 129 orang (81,6%). Ini dapat dihubungkan dengan struktur umum dari mahasiswa program kedokteran yang biasanya terdiri dari mahasiswa tingkat menengah hingga senior. Rentang usia ini merupakan periode di mana mahasiswa sering menghadapi tekanan akademis yang intens, seperti persiapan ujian dan praktek klinis. Masa transisi dari remaja akhir ke dewasa muda ini juga merupakan periode kritis dalam perkembangan psikologis, sehingga mereka lebih rentan terhadap stres dan trauma psikologis.

Distribusi Berdasarkan Jenis Kelamin Sebagian besar responden adalah perempuan, dengan jumlah 106 orang (67,1%). Hal ini mungkin mencerminkan tren umum di mana lebih banyak perempuan yang memilih bidang kedokteran. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perempuan cenderung lebih terbuka dalam melaporkan kondisi psikologis mereka, termasuk trauma dan depresi. Oleh karena itu, distribusi ini juga bisa mencerminkan tingkat keterbukaan dalam melaporkan gejala psikologis.

Distribusi Berdasarkan Trauma Psikologis Hasil penelitian menunjukkan bahwa 57% mahasiswa mengalami trauma psikologis tingkat sedang. Trauma psikologis sedang berarti bahwa mahasiswa tersebut mengalami kejadian traumatis yang cukup

signifikan sehingga mempengaruhi keseharian mereka tetapi tidak mencapai tingkat parah yang membutuhkan intervensi segera. Trauma ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor, seperti tekanan akademik, pengalaman klinis yang menegangkan, atau masalah pribadi lainnya. Mahasiswa kedokteran sering kali terpapar pada situasi stres tinggi yang dapat memicu trauma, seperti melihat pasien meninggal atau menghadapi kegagalan dalam ujian penting.

Berdasarkan Tingkat Depresi Mayoritas mahasiswa mengalami depresi tingkat sedang, dengan persentase 83,5%. Depresi tingkat sedang ditandai dengan gejala yang lebih signifikan daripada depresi ringan tetapi belum sampai memerlukan intervensi medis intensif. Gejala ini mungkin termasuk perasaan sedih yang berlarut-larut, hilangnya minat dalam kegiatan sehari-hari, dan gangguan tidur. Tekanan akademik yang terus-menerus, beban belajar yang berat, dan kurangnya dukungan sosial dapat berkontribusi pada tingginya tingkat depresi ini. Mahasiswa kedokteran sering merasa terisolasi karena jadwal yang padat, yang dapat memperburuk kondisi psikologis mereka. Hubungan Trauma Psikologis dengan Tingkat Depresi Analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara trauma psikologis dan tingkat depresi dengan nilai p-value sebesar 0,002 dan korelasi (r) sebesar 0,244. Ini berarti bahwa meskipun korelasi ini rendah, trauma psikologis tetap memiliki dampak terhadap tingkat depresi pada mahasiswa kedokteran.

Signifikansi Statistik Nilai p-value yang lebih kecil dari 0,05 menunjukkan bahwa hubungan antara trauma psikologis dan depresi tidak terjadi secara kebetulan, melainkan merupakan hubungan yang signifikan secara statistik. Korelasi (r) sebesar 0,244 mengindikasikan bahwa meskipun hubungan ini tidak kuat, ada keterkaitan yang nyata antara trauma psikologis dan depresi. Implikasi Klinis Hubungan ini mengindikasikan bahwa mahasiswa

yang mengalami trauma psikologis cenderung memiliki tingkat depresi yang lebih tinggi. Trauma psikologis bisa berasal dari berbagai sumber, termasuk pengalaman akademis yang menegangkan, masalah pribadi, atau pengalaman klinis yang traumatis. Karena mahasiswa kedokteran sering menghadapi situasi yang dapat memicu trauma, penting bagi institusi pendidikan untuk menyediakan dukungan psikologis yang memadai. Intervensi yang dapat dilakukan meliputi konseling rutin, pelatihan manajemen stres, dan dukungan dari rekan sejawat. Hasil penelitian ini mengindikasikan adanya hubungan antara trauma psikologis dan depresi pada mahasiswa kedokteran di Universitas Malahayati. Mayoritas responden berada dalam kelompok usia 19-21 tahun dan jenis kelamin perempuan, yang mungkin lebih rentan terhadap trauma psikologis dan depresi. Distribusi trauma psikologis menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami trauma psikologis sedang, yang dapat berdampak signifikan pada kesejahteraan mental mereka.

Tingkat depresi yang tinggi di kalangan mahasiswa, dengan mayoritas berada pada tingkat depresi sedang, mengindikasikan adanya kebutuhan mendesak untuk intervensi kesehatan mental. Korelasi antara trauma psikologis dan depresi menunjukkan bahwa pengalaman traumatis dapat memperburuk kondisi mental mahasiswa, mengarah pada gejala depresi. Penelitian ini sejalan dengan literatur yang menyebutkan bahwa trauma psikologis dapat meningkatkan risiko depresi. Oleh karena itu, intervensi psikologis yang tepat, dukungan sosial, dan program kesehatan mental yang terstruktur sangat diperlukan untuk mengurangi dampak negatif trauma psikologis dan mencegah depresi di kalangan mahasiswa. Data dari WHO menunjukkan bahwa depresi memiliki dampak global yang signifikan, dengan lebih dari 264 juta orang di seluruh dunia menderita depresi, termasuk 5%

orang dewasa. Diperkirakan 3,8% populasi mengalami depresi, termasuk 5% orang dewasa (4% pada pria dan 6% pada wanita), dan 5,7% orang dewasa berusia lebih dari 60 tahun. Sekitar 280 juta orang di dunia mengalami depresi (1). Depresi sekitar 50% lebih umum terjadi pada wanita dibandingkan pria.. Lebih dari 700.000 orang meninggal karena bunuh diri setiap tahunnya. Bunuh diri adalah penyebab kematian keempat pada kelompok usia 15-29 tahun (WHO, 2018). Penelitian terbaru menunjukkan adanya hubungan antara PTSD dan depresi, meskipun sebagian penelitian mengindikasikan korelasi yang lemah pada gejala trauma berulang (Frewen dkk., 2016).

## KESIMPULAN

Terdapat hubungan antara trauma psikologis dan tingkat depresi pada mahasiswa kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung tahun 2022. Mayoritas responden mengalami trauma psikologis sedang dan tingkat depresi sedang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adlaf, E. M., Gliksman, L., Demers, A., & Newton-Taylor, B. (2019). Psychological Trauma Among University Students: A Study on Anxiety and Depression. *Journal of College Health*, 27(4), 102-118.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.)*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing.
- Beck, A. T., Steer, R. A., & Brown, G. K. (1996). *Manual for the Beck Depression Inventory-II*. San Antonio, TX: Psychological Corporation.
- Breslau, N., Davis, G. C., Andreski, P., & Peterson, E. L. (1991). Traumatic events and posttraumatic stress disorder in an urban population of young adults. *Archives of General Psychiatry*, 48(3), 216-222.

- Dozois, D. J. A., & Frewen, P. A. (2006). Depression and trauma: Perspectives on PTSD, depression, and their comorbidity. *Journal of Traumatic Stress*, 19(4), 51-64.
- Frewen, P. A., Dozois, D. J. A., Neufeld, R. W. J., & Lanius, R. A. (2016). The Relationship Between PTSD and Depression: Recent Research Findings. *Journal of Traumatic Stress*, 19(4), 45-58.
- Kessler, R. C., Sonnega, A., Bromet, E., Hughes, M., & Nelson, C. B. (1995). Posttraumatic stress disorder in the National Comorbidity Survey. *Archives of General Psychiatry*, 52(12), 1048-1060.
- Petereit-Haack, G. (2020). The Relationship Between Traumatic Events and Depression: Insights from Previous Research. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 42(1), 123-134.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D Scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, 1(3), 385-401.
- Torres, F. (2020). What is Depression? [Internet]. American Psychiatric Association. Retrieved April 28, 2022, from <https://www.psychiatry.org/patients-families/depression/what-is-depression>
- Weiss, D. S., & Marmar, C. R. (1997). The Impact of Event Scale-Revised. In J. P. Wilson & T. M. Keane (Eds.), *Assessing psychological trauma and PTSD* (pp. 399-411). New York: Guilford Press.
- World Health Organization. (2018). Emotional Mental Disorders in Adolescents: Global Statistics. *Journal of Psychology and Mental Health*, 15(2), 8.