

**GRATITUDE DAN SPIRITUAL WELL-BEING SEBAGAI MEDIATOR  
DALAM PENGARUH INTRUSIVE RUMINATION TERHADAP POST-  
TRAUMATIC GROWTH PADA PENYINTAS BENCANA GEMPA  
BUMI BANTUL TAHUN 2006**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga  
Yogyakarta untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

**Disusun oleh:**

**Izad Tiara Najah Putri S**

**NIM 22107010064**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

**2026**

# HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

## PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1889/Un.02/DSH/PP.00.9/05/2026

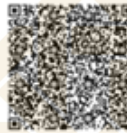
Tugas Akhir dengan judul : *GRATITUDE* DAN *SPIRITUAL WELL-BEING* SEBAGAI MEDIATOR DALAM PENGARUH *INTRUSIVE RUMINATION* TERHADAP *POST-TRAUMATIC GROWTH* PADA PENYINTAS BENCANA GEMPA BUMI BANTUL TAHUN 2006

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : IZAD TIARA NAJAH PUTRI S  
Nomor Induk Mahasiswa : 22107010064  
Telah diujikan pada : Selasa, 12 Mei 2026  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Very Julianto, M.Psi.  
SIGNED

Valid ID: 6a13a8bce01f



Penguji I

Dr. Pihasnawati, S.Psi, M.A., Psikolog  
SIGNED

Valid ID: 6a0c10c27a1a2



Penguji II

Sara Palila, S.Psi., M.A., Psi  
SIGNED

Valid ID: 6a13ac1435e6f



Yogyakarta, 12 Mei 2026

UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora  
Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 6a13f0341ca48

## HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN


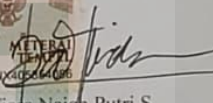
### PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini adalah:

Nama : Izad Tiara Najah Putri S  
NIM : 22107010064  
Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa selama melakukan penelitian dan dalam membuat laporan penelitian, saya tidak melanggar etika akademik seperti penjiplakan, pemalsuan data, dan manipulasi data. Jika di kemudian hari saya terbukti melanggar kode etik akademik, maka saya sanggup menerima konsekuensi berupa dicabutnya gelar kesarjanaan yang telah saya peroleh.

Yogyakarta, 27 April 2026

  
  
Izad Tiara Najah Putri S

NIM. 22107010064

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## HALAMAN PERSETUJUAN



Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga

FM-UINSK-BM-05-03/R0

### SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI / TUGAS AKHIR

Hal : Persetujuan Skripsi/Tugas Akhir  
Lamp : -

Kepada  
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb.


Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Izad Tiara Najah Putri S  
NIM : 22107010064  
Judul Skripsi : *Gratitude dan Spiritual Well-being* sebagai Mediator dalam Pengaruh *Intrusive Rumination* terhadap *Post-traumatic Growth* pada Penyintas Bencana Gempa Bumi Bantul Tahun 2006

sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini kami berharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 27 April 2026  
Pembimbing

  
Very Julianto, M.Psi., Psikolog.  
NIP. 19880717 201503 1 003

## INTISARI

Peristiwa traumatis seperti bencana gempa bumi dapat menyebabkan penyintas mengalami gangguan psikologis, seperti kecemasan, depresi, hingga PTSD. Namun, peristiwa traumatis juga dapat menjadi tahap awal penyintas mengalami pertumbuhan psikologis yang positif. Penelitian ini penting untuk dikaji lebih lanjut agar penyintas bencana gempa bumi tidak hanya berfokus pada dampak negatif trauma saja, tetapi juga memahami terkait faktor-faktor yang mendukung munculnya potensi terkait *post-traumatic growth*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji peran *gratitude* dan *spiritual well-being* sebagai mediator dalam pengaruh *intrusive rumination* terhadap *post-traumatic growth* pada penyintas bencana gempa bumi Bantul tahun 2006. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif eksplanatori dengan desain *cross-sectional* dan melibatkan penyintas yang memenuhi kriteria penelitian (*purposive sampling*). Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan *path analysis* dengan model mediasi paralel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *intrusive rumination* berpengaruh positif terhadap *post-traumatic growth* (*Estimate* = 0,194;  $p < 0,001$ ). Kemudian pada saat diuji mediasi secara terpisah, hasil skor *indirect effect* pada mediator *gratitude* adalah  $p < 0,001$  dan *direct effect*  $p = 0,005$ . Sedangkan, skor *indirect effect* pada *spiritual well-being* adalah  $p = 0,003$  dan *direct effect*  $p < 0,001$ . Selanjutnya, pada uji mediasi secara simultan, hasil *indirect effect* pada mediator *gratitude* adalah  $p = 0,033$  dan *spiritual well-being* adalah  $p = 0,001$ . Sedangkan, untuk *direct effect*  $p < 0,001$ . Berdasarkan hasil tersebut, jenis mediasi dalam penelitian ini adalah mediasi parsial. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian psikologi trauma bencana serta menjadi dasar dalam perancangan intervensi yang berfokus pada penguatan aspek spiritual dan penghargaan terhadap hidup untuk mendukung proses pemulihan dan pertumbuhan individu pascabencana.

Kata kunci: *post-traumatic growth*, *intrusive rumination*, *gratitude*, *spiritual well-being*, penyintas bencana

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## ABSTRACT

*Traumatic events such as earthquakes can cause survivors to experience psychological problems, including anxiety, depression, and PTSD. However, traumatic experiences may also become a starting point for positive psychological changes, known as post-traumatic growth. This study is important to broaden the understanding of earthquake survivors by not only focusing on the negative impacts of trauma but also identifying factors that may support post-traumatic growth. The aim of this study was to examine the roles of gratitude and spiritual well-being as mediators in the effect of intrusive rumination on post-traumatic growth among survivors of the 2006 Gempa bumi Yogyakarta 2006. This study employed a quantitative explanatory approach with a cross-sectional design. Participants were selected using purposive sampling and data were collected through questionnaires. Data analysis was conducted using path analysis with a parallel mediation model. The results showed that intrusive rumination had a positive effect on post-traumatic growth (Estimate = 0.194;  $p < 0.001$ ). Separate mediation analysis showed significant indirect effects through gratitude ( $p < 0.001$ ) and spiritual well-being ( $p = 0.003$ ). Simultaneous mediation analysis also indicated significant indirect effects for gratitude ( $p = 0.033$ ) and spiritual well-being ( $p = 0.001$ ), while the direct effect remained significant ( $p < 0.001$ ), indicating partial mediation. This study contributes to disaster trauma psychology by providing evidence that gratitude and spiritual well-being may support recovery and psychological growth among disaster survivors.*

*Keywords: post-traumatic growth, intrusive rumination, gratitude, spiritual well-being, disaster survivors*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

*“Apa yang terasa berat hari ini, bisa menjadi kekuatan di masa depan. Luka itu mengajarkan, proses menguatkan, dan waktu menumbuhkan.”*

*“Kegagalan dan kesulitan bukanlah akhir dari perjalanan, melainkan bagian dari proses yang membentuk kemampuan, memperkuat diri, dan membuka jalan menuju perkembangan yang lebih baik”*

*“From adversity comes the possibility of growth, strength, and deeper meaning.”*

– Richard Tedeschi & Lawrence Calhoun

Dengan hati yang tulus penulis berterima kasih kepada:

1. Allah SWT, Sang Maha Pemilik Arah. Terima kasih karena selalu menjadi tempat untuk pulang saat dunia terasa begitu kabur dan bising. Terima kasih atas kekuatan, kesabaran, dan petunjuk yang Engkau berikan sehingga penulis mampu melalui setiap proses hingga berada di titik ini.
2. Ayah tercinta yang sudah berpulang dan mama tersayang yang selalu memberikan doa, kasih sayang, dukungan, serta pengorbanan yang tiada henti. Untuk ayah tercinta, meskipun tidak bisa menemani hingga akhir perkuliahan, terima kasih atas segala usaha yang selalu diberikan kepada penulis dan bimbingan serta arahan yang membuat penulis bisa kuat dan bertahan hingga saat ini. Untuk mama tersayang, terima kasih atas segala kepercayaan dan ketulusan yang menjadi sumber kekuatan terbesar bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Dosen pembimbing penulis, Bapak Very Julianto, M.Psi., Psikolog. yang telah memberikan kesempatan bagi penulis untuk belajar dan berkenalan dengan dunia kepenulisan ilmiah. Terima kasih atas arahan dan koreksi untuk setiap jalan kepenulisan skripsi maupun artikel ilmiah, sehingga penulis dapat berproses dan menjadi lebih baik lagi.

4. Semua dosen yang telah mengajarkan dan mendidik penulis dengan penuh rasa sabar dan ikhlas. Sehingga, ilmu yang penulis dapatkan di bangku perkuliahan dapat menjadi ilmu yang bermanfaat untuk banyak orang.
5. Keluarga besar Damiri Ilyas, para om, tante, dan sepupu yang telah memberikan doa, dukungan, serta motivasi kepada penulis sehingga mampu menjalani setiap proses dengan penuh semangat.
6. Sahabat-sahabat penulis, Dwira, Sheril, Nia, Ika, Fatim, dan Wanda yang selalu memberikan dukungan, semangat, dan menjadi tempat berbagi dalam berbagai situasi selama proses penyusunan skripsi maupun perjalanan di bangku perkuliahan.
7. Sahabat-sahabat tercinta, Ridha, Intan, dan Sesi yang telah menjadi bagian dari hidup penulis sejak duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama (SMP). Terima kasih telah menjaga pertemanan ini hingga sekarang dan selalu memberikan dukungan yang tak pernah habis-habis.
8. Tim riset "*Kage Bunshin no Jutsu*" (Mbak Arin, Mbak Kamilah, dan Mbak Ray), yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta dukungan selama proses penelitian. Terima kasih atas ilmu, pengalaman, dan kebersamaan yang sangat berarti bagi penulis.
9. Teman-teman KKN Kala Matahari, yang telah penulis anggap sebagai keluarga yang hangat dan selalu merangkul penulis sampai saat ini. Terima kasih atas pengalaman, pembelajaran, dan kenangan yang berharga selama kegiatan pengabdian masyarakat.
10. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu, yang telah memberikan bantuan, doa, dan dukungan dalam berbagai bentuk selama proses penyusunan skripsi ini.
11. Diri penulis sendiri, yang telah berjuang, bertahan, dan tidak menyerah dalam menghadapi berbagai tantangan selama proses penyusunan skripsi ini hingga dapat terselesaikan dengan baik.

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillah* segala puji bagi Allah SWT atas segala limpahan nikmat, rahmat, serta kesehatan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “*Gratitude dan Spiritual Well-Being sebagai Mediator dalam Pengaruh Intrusive Rumination terhadap Post-traumatic Growth pada Penyintas Bencana Gempa Bumi Bantul Tahun 2006*”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari berbagai tantangan dan hambatan. Namun, penulis banyak mendapatkan bimbingan, pengetahuan, serta dukungan dari banyak pihak yang selama ini membantu dalam menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Bapak Prof. Noorhadi Hasan, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D.
2. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Ibu Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.
3. Kepala Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Ibu Denisa Apriliawati, S.Psi., M.Res.
4. Dosen Pembimbing Skripsi, Bapak Very Julianto, M.Psi., Psikolog. yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan bimbingan, arahan, serta masukan yang sangat berarti bagi penulis.
5. Seluruh dosen dan staf Program Studi Psikologi yang telah memberikan ilmu dan pengalaman berharga selama masa perkuliahan.
6. Kedua orang tua tercinta, yang selalu memberikan doa terbaik, dukungan, serta kasih sayang yang tiada henti.
7. Seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.
8. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun

demi perbaikan di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat, baik bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang psikologi, maupun bagi pihak-pihak yang membutuhkan.

Yogyakarta, 27 April 2026

Penulis,



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>INTISARI</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vi</b>
<b>HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR BAGAN/GAMBAR</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvii</b>
<b>BAB I : PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
1. Manfaat Teoritis .....	6
2. Manfaat Praktis .....	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
<b>BAB II : DASAR TEORI</b> .....	<b>22</b>
A. Trauma .....	22
B. <i>Post-traumatic Growth</i> .....	28
1. Definisi <i>Post-traumatic Growth</i> .....	28
2. Aspek-Aspek pada <i>Post-traumatic Growth</i> .....	31
3. Faktor-Faktor yang Memengaruhi <i>Post-traumatic Growth</i> .....	32
C. <i>Rumination</i> .....	34
1. Definisi <i>Rumination</i> .....	34
2. Dimensi-Dimensi pada <i>Rumination</i> .....	36
D. <i>Gratitude</i> .....	37

1. Definisi <i>Gratitude</i> .....	37
2. Aspek-Aspek pada <i>Gratitude</i> .....	38
E. <i>Spiritual Well-Being</i> .....	39
1. Definisi <i>Spiritual Well-Being</i> .....	39
2. Dimensi-Dimensi pada <i>Spiritual Well-Being</i> .....	40
F. Dinamika <i>Gratitude</i> dan <i>Spiritual Well-Being</i> sebagai Mediator dalam Pengaruh <i>Intrusive Rumination</i> Terhadap <i>Post-traumatic Growth</i> .....	41
G. Hipotesis.....	44
<b>BAB III : METODE PENELITIAN .....</b>	<b>45</b>
A. Desain Penelitian.....	45
B. Identifikasi Variabel .....	45
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	46
1. <i>Post-traumatic Growth</i> (Pertumbuhan Pascatrauma) .....	46
2. <i>Intrusive Rumination</i> (Perenungan Intrusif).....	46
3. <i>Gratitude</i> (Kebersyukuran) .....	47
4. <i>Spiritual Well-Being</i> (Kesejahteraan Spiritual).....	47
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	48
1. Populasi .....	48
2. Sampel.....	48
E. Metode dan Alat Pengumpulan Data.....	50
1. Skala <i>Post-traumatic Growth</i> .....	52
2. Skala <i>Intrusive Rumination</i> .....	54
3. Skala <i>Gratitude</i> .....	55
4. Skala <i>Spiritual Well-Being</i> .....	57
F. Validitas dan Reliabilitas.....	58
1. Validitas.....	58
2. Reliabilitas .....	59
G. Teknik Analisis Data .....	60
1. Uji Asumsi.....	60
2. Uji Hipotesis .....	61
<b>BAB IV : PELAKSANAAN, HASIL, DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>63</b>
A. Orientasi Kanchah dan Persiapan.....	63

1. Orientasi Kancah.....	63
2. Persiapan .....	64
B. Pelaksanaan Penelitian .....	70
C. Hasil Penelitian .....	71
1. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	71
2. Deskripsi Partisipan Penelitian .....	75
3. Analisis Statistika Deskriptif .....	79
4. Uji Asumsi.....	85
5. Uji Hipotesis .....	87
D. Pembahasan.....	92
<b>BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>99</b>
A. Kesimpulan .....	99
B. Saran.....	99
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>101</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>117</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skor Aitem Variabel <i>Post-traumatic Growth</i> .....	51
Tabel 2. Skor Aitem Variabel <i>Intrusive Rumination</i> .....	51
Tabel 3. Skor Aitem Variabel <i>Gratitude</i> .....	51
Tabel 4. Skor Aitem Variabel <i>Spiritual Well-being</i> .....	52
Tabel 5. Sebaran Aitem <i>Post-traumatic Growth Inventory-Short Form</i> (PTGI-SF) pada Penyintas Bencana Gempa Bumi Bantul Tahun 2006.....	53
Tabel 6. Sebaran Aitem <i>Event-Related Rumination Inventory</i> (ERRI) dengan Subskala <i>Intrusive Rumination</i> pada Penyintas Bencana Gempa Bumi Bantul tahun 2006 .....	55
Tabel 7. Sebaran Aitem <i>Gratitude Questionnaire – Six Item Form</i> (GQ-6) pada Penyintas Bencana Gempa Bumi Bantul Tahun 2006 .....	56
Tabel 8. Sebaran Aitem <i>Spiritual Well-Being Scale</i> (SWBS) pada Penyintas Bencana Gempa Bumi Bantul Tahun 2006 .....	57
Tabel 9. Hasil Uji Coba Validitas <i>Post-traumatic Growth Inventory – Short Form</i> (PTGI-SF) Hasil Terjemahan .....	66
Tabel 10. Hasil Uji Coba Validitas <i>Event-related Rumination Inventory</i> (ERRI) dengan Skala <i>Intrusive Rumination</i> Hasil Terjemahan .....	67
Tabel 11. Hasil Uji Coba Validitas <i>Gratitude Questionnaire – Six Items Form</i> (GQ-6) Hasil Terjemahan.....	68
Tabel 12. Hasil Uji Coba Validitas <i>Spiritual Well-Being Scale</i> (SWBS) bahasa Indonesia .....	68
Tabel 13. Hasil Uji Coba Reliabilitas Skala .....	70
Tabel 14. Hasil Uji Validitas <i>Post-traumatic Growth Inventory – Short Form</i> (PTGI-SF) Hasil Terjemahan .....	71
Tabel 15. Hasil Uji Validitas <i>Event-related Rumination Inventory</i> (ERRI) dengan Skala <i>Intrusive Rumination</i> Hasil Terjemahan .....	72
Tabel 16. Hasil Uji Validitas <i>Gratitude Questionnaire – Six Items Form</i> (GQ-6) Hasil Terjemahan .....	73
Tabel 17. Hasil Uji Validitas <i>Spiritual Well-Being Scale</i> (SWBS) bahasa Indonesia .....	73
Tabel 18. Hasil Uji Coba Reliabilitas Skala .....	75

Tabel 19. Gambaran Deskriptif Responden .....	75
Tabel 20. Gambaran Deskriptif Variabel .....	77
Tabel 21. Hasil Statistika Deskriptif .....	80
Tabel 22. Norma Kategorisasi.....	81
Tabel 23. Kategorisasi <i>Post-traumatic Growth</i> Berdasarkan Skor Hipotetik .....	81
Tabel 24. Kategorisasi <i>Intrusive Rumination</i> Berdasarkan Skor Hipotetik .....	82
Tabel 25. Kategorisasi <i>Gratitude</i> Berdasarkan Skor Hipotetik.....	83
Tabel 26. Kategorisasi <i>Spritual Well-Being</i> Berdasarkan Skor Hipotetik .....	84
Tabel 27. Skor Uji Outlier Menggunakan <i>Cook's Distance</i> .....	85
Tabel 28. Skor Uji Independensi Menggunakan <i>Durbin–Watson Test</i> .....	86
Tabel 29. Skor Uji Multikolinearitas.....	86
Tabel 30. Hasil Skor Uji F.....	87
Tabel 31. Hasil Skor Koefisien Regresi Total .....	87
Tabel 32. Hasil Skor Analisis Syarat Mediasi .....	89
Tabel 33. Hasil Skor Uji Mediasi dengan Variabel <i>Gratitude</i> Sebagai Mediator .....	89
Tabel 34. Hasil Skor Uji Mediasi dengan Variabel <i>Spiritual Well-Being</i> Sebagai Mediator .....	90
Tabel 35. Hasil Skor <i>Parallel Multiple Mediation</i> .....	91

## DAFTAR BAGAN/GAMBAR

Gambar 1. Model Komprehensif dari <i>Post-traumatic Growth</i> .....	30
Gambar 2. Dinamika <i>Gratitude</i> dan <i>Spiritual Well-being</i> sebagai Mediator dalam Pengaruh <i>Intrusive Rumination</i> Terhadap <i>Post-traumatic Growth</i> .....	44
Gambar 3. Peta Wilayah Kabupaten Bantul, 2024 .....	63
Gambar 4. Diagram Kategorisasi <i>Post-traumatic Growth</i> Berdasarkan Skor Hipotetik.....	81
Gambar 5. Diagram Kategorisasi <i>Intrusive Rumination</i> Berdasarkan Skor Hipotetik .....	82
Gambar 6. Diagram Kategorisasi <i>Gratitude</i> Berdasarkan Skor Hipotetik.....	83
Gambar 7. Diagram Kategorisasi <i>Spiritual Well-Being</i> Berdasarkan Skor Hipotetik .....	84
Gambar 8. Q-Q Plot .....	85
Gambar 9. Residual Plot .....	86
Gambar 10. Diagram konseptual model <i>parallel multiple mediation</i> .....	91



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Indonesia merupakan negara yang rawan terjadi bencana alam karena berada tepat di garis khatulistiwa dan dikelilingi oleh dua samudra yang disebut cincin Asia Pasifik (*ring of fire*) dengan adanya aktivitas tektonik di area tersebut (Suarna et al., 2019; Baldah et al., 2023). Peristiwa bencana alam yang sering terjadi ini membuat masyarakat Indonesia sudah tidak asing lagi dengan dampak yang ditimbulkan dan segala risiko terhadap kehidupan manusia (Buchari, 2020). Menurut data dari Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD), pada tahun 2021 telah terjadi 5.402 kejadian bencana, dan 99,5% dari kejadian bencana tersebut adalah hidrometeorologi. Jumlah bencana didominasi oleh bencana banjir, yaitu 1.794 kejadian, cuaca ekstrem sebanyak 1.577 kejadian, tanah longsor sebanyak 1.321 kejadian, kebakaran hutan dan lahan sebanyak 579 kejadian, 91 gelombang pasang dan abrasi, 15 kekeringan, 1 erupsi gunung api, dan gempa bumi sebanyak 24 kejadian.

Gempa bumi terjadi akibat pergerakan lempeng-lempeng tektonik yang disebabkan oleh fluida, vulkanik, atau sesar dari rangkaian gunung api yang aktif dan patahan-patahan yang berpotensi menjadi sumber gempa. Gempa bumi bersifat destruktif, sehingga selalu memberi kerugian bagi manusia (Nur Rais, 2021; Prasetyo et al., 2023). Beberapa peristiwa bencana gempa bumi dengan magnitudo besar sering terjadi pada beberapa wilayah di Indonesia, seperti gempa bumi dan tsunami di Aceh tahun 2004 (Rafliana, 2014), gempa di Pulau Nias tahun 2005 (Nurdianasari et al., 2017), dan gempa yang terjadi di Bantul, Provinsi DI Yogyakarta pada tahun 2006 (Ananto & Widodo, 2016).

Gempa bumi Bantul di Provinsi DI Yogyakarta terjadi pada tanggal 27 Mei 2006 saat pukul 05.54 WIB dengan kekuatan 5,9 SR atau 6,2 MM yang telah memakan banyak korban dan meluluh-lantahkan bangunan maupun rumah penduduk (Jati, 2014; Diambama et al., 2019). Pada wilayah pusat gempa bumi, ditemukan sebanyak 50.000 orang luka-luka, 600.000 orang terlantar, 6000 orang dilaporkan meninggal dunia, dan lebih dari 127.000 rumah dinyatakan rusak (Brata et al., 2018; Aulady & Fujimi, 2019). Akibat banyaknya masyarakat yang terkena gempa bumi, roda perekonomian di Kabupaten Bantul dan sekitarnya turut terkena dampaknya, yaitu menjadi lumpuh sementara. Sehingga, perekonomian pemerintah Kabupaten Bantul menurun 23% setelah terjadinya gempa bumi (Kusumasari, 2012; Hamid, 2020).

Besarnya risiko akibat suatu bencana dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu ancaman (*natural hazard*), kerentanan (*vulnerability*), dan kapasitas/kemampuan (*capacity*), seperti

penyebab banyaknya korban jiwa dan luka-luka pada bencana gempa bumi Bantul tahun 2006 disebabkan oleh kerentanan masyarakat dalam menanggulangi gempa, ancaman gempa yang berkelanjutan, dan kemampuan pemerintah yang pada saat itu belum maksimal dalam memitigasi bencana (Bawono, 2016; Hanjarwati & Marfai, 2017; Hamid, 2020). Sehingga, berdampak pada kondisi fisik dan psikologis para korban bencana gempa bumi Bantul tahun 2006 (Trisilia et al., 2024).

Kondisi psikologis dipengaruhi oleh interaksi perubahan atau gangguan fisik, situasi sosial, psikologis, dan masalah yang berkaitan dengan material (Kessler et al., 2012; Rahmat & Alawiyah, 2020). Individu yang tidak mampu menghadapi peristiwa yang penuh dengan tekanan akan mengarahkan mereka memiliki trauma (Keya et al., 2023). Salah satu penyebab terjadinya trauma adalah karena terjadinya peristiwa dahsyat yang mampu mengguncang diri seseorang, sehingga memunculkan beberapa stresor, seperti kehilangan dukungan sosial, kerusakan sumber daya fisik, dan kondisi ekonomi (Triantoro & Saputra, 2009; Laku, 2021). Penelitian dari Sattler et al. (2018) mengungkapkan bahwa variabel prediktor, yang meliputi kehilangan sumber daya, depresi, dan kekhawatiran terhadap gempa di masa depan, secara bersama-sama menjelaskan 37% varians dan berhubungan positif pada stress pascatrauma. Kemudian, penelitian lain juga menunjukkan bahwa 1,78% di tahun 2007 dan 7,89% di tahun 2014 pada penyintas bencana gempa bumi Bantul tahun 2006 mengalami simtom depresi akibat mengalami peristiwa traumatis tersebut (Trisilia et al., 2020). Temuan tersebut menunjukkan bahwa dampak psikologis akibat bencana dapat bertahan dalam jangka panjang.

Sebelumnya, peneliti telah melakukan pengambilan data awal untuk mengetahui tingkat trauma individu yang mengalami bencana gempa bumi tahun 2006 Bantul. Data diperoleh melalui survei untuk melihat tingkat trauma sekaligus kecenderungan *intrusive rumination* pada penyintas bencana gempa bumi Bantul tahun 2006. Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian Ramos et al. (2018) yang menunjukkan bahwa instrumen mengenai trauma dapat memprediksi adanya *intrusive rumination*. Data yang telah dianalisis menunjukkan bahwa 32,58% responden memiliki tingkat trauma yang tinggi dan sebanyak 37,06% sudah mulai berdamai dengan peristiwa traumatis yang pernah dialaminya. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa pengalaman trauma masa lalu dapat memunculkan proses kognitif tertentu, seperti *intrusive rumination* pada penyintas hingga saat ini.

Peristiwa traumatis akibat bencana alam mendorong individu untuk mengalami perenungan (*rumination*), yaitu pemikiran pasif yang berulang dan sering dianggap negatif (*intrusive rumination*), serta mengakibatkan gangguan mental, seperti depresi, kecemasan, pikiran intrusif yang berfokus pada kerugian yang dialami, hingga trauma yang berkepanjangan

(Taku et al., 2009; Kollárik et al., 2020). Menurut Raines et al. (2017), *ruminatio*n dapat mendorong individu menyalahartikan pikiran intrusif yang muncul dengan mengubah penilaian mereka terhadap pikiran tersebut. Hal tersebut didukung dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa individu yang terlalu ruminatif akan gagal menekan informasi yang tidak diinginkan, sehingga memunculkan pemikiran negatif yang terus berulang (Ryckman & Lambert, 2015). Meskipun demikian, peristiwa traumatis tidak hanya memunculkan distress psikologis, tetapi secara teoritis dapat menjadi peluang bagi individu mengalami pertumbuhan psikologis, atau yang lebih dikenal sebagai *post-traumatic growth* (Harsono et al., 2020; Bensimon, 2012). Dalam kondisi yang adaptif, individu diharapkan mampu memaknai pengalaman traumatis sebagai bagian dari proses pembelajaran hidup sehingga dapat menghasilkan perubahan positif pada diri mereka.

*Post-traumatic growth* merupakan perubahan positif yang dialami oleh individu sebagai hasil dari perjuangannya menghadapi trauma atau peristiwa penuh tekanan (Tedeschi, Shakespeare-Finch, & Taku, 2018). Konsep *post-traumatic growth* dikembangkan pada pertengahan tahun 1990-an oleh Tedeschi & Calhoun (1995) dengan aspek-aspek yang terdiri dari kemampuan menjalin hubungan dengan orang lain, munculnya kemungkinan baru, kekuatan pribadi, apresiasi terhadap kehidupan, dan perubahan spiritual (Brooks et al., 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Jung & Han (2022) menemukan bahwa penyintas bencana gempa bumi dapat mengalami perubahan dalam hal persepsi terhadap diri sendiri, hubungan interpersonal, dan spiritual. Apabila dikaitkan dengan *intrusive rumination* yang seringkali dialami oleh korban bencana segera setelah peristiwa traumatis, secara teoritis *intrusive rumination* dapat digantikan oleh pemikiran yang lebih disengaja dan konstruktif (*deliberate rumination*) (Taku et al., 2009). Melalui proses tersebut, individu diharapkan mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan, membangun makna baru atas pengalaman traumatis, dan pada akhirnya mencapai *post-traumatic growth* (Subandi et al., 2014; Yuliyanti & Shodiq, 2024; Muslihaturobbiah & Triyono, 2025).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *intrusive rumination* dan *post-traumatic growth* tidak memiliki korelasi yang signifikan karena individu yang memiliki *intrusive rumination* lebih banyak berfokus pada dampak negatif dari bencana gempa bumi dan kesulitan berpikir positif mengenai peristiwa tersebut (Wu et al., 2015; Wei et al., 2019). Namun, beberapa penelitian yang lain menemukan bahwa *intrusive rumination* berkorelasi positif terhadap *post-traumatic growth* (Xu et al., 2022; Taku et al., 2009). Korelasi positif tersebut dapat dijelaskan karena *intrusive rumination* merupakan respons kognitif awal setelah trauma yang mendorong individu untuk terus memikirkan dan memproses pengalaman traumatis.

Proses berpikir berulang ini, meskipun awalnya tidak disengaja dan menimbulkan distress, tetapi dapat membantu individu melakukan pemaknaan ulang terhadap peristiwa traumatis. Hal tersebut mengindikasikan bahwa *intrusive rumination* tidak selalu menjadi respons yang negatif, tetapi juga dapat menjadi proses kognitif yang mendorong *post-traumatic growth*. Perbedaan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa hubungan *intrusive rumination* dan *post-traumatic growth* masih belum konsisten, khususnya pada konteks penyintas bencana jangka panjang, sehingga perlu dikaji lebih lanjut dengan mempertimbangkan faktor-faktor mediator.

Penelitian ini melakukan uji pendahuluan lebih lanjut dengan mewawancarai beberapa informan yang memiliki tingkat trauma yang rendah dan bersedia untuk diwawancarai sebagai penguatan data mengenai individu yang mengalami *post-traumatic growth*. Berdasarkan hasil wawancara tersebut, terdapat beberapa faktor yang mendorong individu memiliki potensi untuk mengalami *post-traumatic growth*, seperti adanya rasa syukur karena diberikan keselamatan, penghargaan terhadap hidup, dan keyakinan bahwa bencana gempa bumi yang terjadi merupakan cobaan dari Allah SWT.

“...mungkin karena keluarga saya juga religius, jadi saya dulu diajarin sama orang tua untuk percaya aja sama Allah, semua itu pasti ada maksudnya...”

“Yang jelas rasa syukur karena masih diberikan keselamatan. Karena di kampung saya kan ada korban jiwa, anak kecil sama ada orang tua, terus ada yang rumahnya benar-benar habis roboh, terus juga sampai pergi karena panik denger isu tsunami. Itu yang saya syukuri adalah saya tidak kehilangan rumah, meskipun rumah saya retak-retak tapi tidak sampai roboh. Terus keluarga juga selamat semua. Yang terpenting itu saya masih bisa bersyukur karena tidak mengalami kehilangan keluarga.... Saya juga percaya kalau kematian itu takdir, jadi masih diberi hidup itu jelas membuat kita semakin percaya dan yakin sama Allah”

Berdasarkan hasil analisis tersebut, beberapa faktor positif yang dapat mendorong individu mengalami *post-traumatic growth*, yaitu *gratitude* dan *spiritual well-being*. *Gratitude* (kebersyukuran) merupakan salah satu mekanisme adaptasi dalam menghadapi sesuatu yang penuh dengan tekanan dengan memberikan persepsi positif pada cakupan pikiran dan tindakan (Wang et al., 2018). Individu yang memiliki *gratitude* dapat berpikir secara terbuka dan fleksibel, sehingga lebih adaptif di lingkungan atau setelah mengalami trauma. *Gratitude* menjadi salah satu unsur umum dari *post-traumatic growth* yang membantu penyintas bangkit kembali dari pengaruh emosi negatif (Zhou & Wu, 2016). Beberapa penelitian menggunakan *gratitude* sebagai variabel independen maupun menjadi mediator hubungan *post-traumatic growth* dengan faktor lainnya (Wang et al., 2018; Lee & Kim, 2021; El Khoury-Malhame et

al., 2024). *Gratitude* menjadi faktor emosi yang kuat dengan didukung oleh beberapa faktor positif lainnya (Peteet et al., 2011; Tudder et al., 2017).

Faktor lain yang mendorong penyintas bencana memiliki *post-traumatic growth* adalah *spiritual well-being*, yaitu dengan memberikan dorongan bagi individu untuk memperoleh stabilitas, makna, pemenuhan hidup, dan keyakinan terhadap diri sendiri (Davis et al., 2021). Hal tersebut didukung dengan beberapa penelitian yang menunjukkan adanya hubungan yang positif antara *spiritual well-being* terhadap *post-traumatic growth* (Worte et al., 2017; Feng et al., 2024). Individu dengan tingkat *spiritual well-being* yang tinggi akan memperoleh rasa memiliki diri sendiri dan hubungan yang kuat dengan Tuhan (Alorani & Alradaydeh, 2018). Sehingga, *spiritual well-being* dapat mengarahkan individu yang pernah mengalami trauma untuk mencari makna melalui spiritualitas dan berdamai dengan peristiwa traumatis yang mereka alami (Kartol et al., 2025).

Penelitian ini penting untuk dilakukan karena tanpa kajian mengenai faktor-faktor psikologis yang berperan dalam mendukung *post-traumatic growth* pada penyintas bencana gempa bumi Bantul tahun 2006 dalam jangka waktu yang panjang, pemahaman terhadap dampak psikologis pascabencana akan tetap berfokus pada gangguan trauma dan mengabaikan potensi pertumbuhan psikologis yang dapat mendukung pemulihan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *intrusive rumination* terhadap *post-traumatic growth* dengan variabel *gratitude* dan *spiritual well-being* sebagai mediator pada penyintas bencana gempa bumi Bantul tahun 2006. Pemahaman mengenai faktor-faktor positif sangat penting untuk mendorong pertumbuhan psikologis setelah trauma, khususnya dalam konteks kebencanaan. Dengan begitu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap kajian psikologi positif, terutama dalam upaya memperkuat resiliensi dan kesejahteraan penyintas melalui pendekatan yang berfokus pada kekuatan internal individu.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah pada penelitian ini, yaitu “Apakah *gratitude* dan *spiritual well-being* dapat menjadi mediator dalam pengaruh *intrusive rumination* terhadap *post-traumatic growth* pada penyintas bencana gempa bumi Bantul tahun 2006?”

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini, yaitu untuk mengetahui *gratitude* dan *spiritual well-being* dapat menjadi mediator dalam pengaruh *intrusive rumination* terhadap *post-traumatic growth* pada penyintas bencana gempa bumi Bantul tahun 2006.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Signifikansi dalam penelitian merupakan dampak dari tercapainya penelitian (Sugiyono, 2013). Penelitian ini mendapatkan signifikansi secara teoritis yang meliputi:

- a. Diharapkan dapat memberikan kontribusi dan dapat sebagai rujukan pada kancah pendidikan bagi peneliti selanjutnya yang sejenis.
- b. Penelitian ini memberikan kebaruan pada penelitian sebelumnya dengan menggunakan *gratitude* dan *spiritual well-being* sebagai mediator dan berfokus pada subjek dari penyintas bencana gempa bumi Bantul tahun 2006.
- c. Diharapkan dapat memperkaya teori tentang rekonstruksi kognitif manusia karena peristiwa traumatis dengan melibatkan faktor-faktor positif untuk membangkitkan *post-traumatic growth* dalam diri individu.

### **2. Manfaat Praktis**

#### a. Bagi Penyintas Bencana

- 1) Memberikan pemahaman bahwa pengalaman traumatis tidak selalu berakhir negatif, tetapi dapat menjadi peluang untuk tumbuh dan berkembang melalui sikap bersyukur serta penguatan spiritual.
- 2) Menjadi dasar untuk meningkatkan kualitas hidup penyintas dengan cara lebih fokus pada aspek spiritual dan rasa syukur sebagai strategi adaptif menghadapi trauma.

#### b. Bagi Psikolog, Konselor, dan Praktisi Kesehatan Mental

- 3) Menyediakan dasar untuk merancang intervensi psikologis berbasis *gratitude practice* dan penguatan spiritual dalam mendukung pemulihan mental penyintas bencana.
- 4) Memberikan arahan dalam membuat program konseling dan terapi yang tidak hanya mengurangi beban traumatis, tetapi juga mendorong pertumbuhan pascatrauma (*post-traumatic growth*).

#### c. Bagi Pemerintah dan Lembaga Penanggulangan Bencana

- 1) Memberikan bahan pertimbangan untuk merancang program rehabilitasi pascabencana yang lebih holistik, dengan memasukkan pendekatan psikososial yang menekankan pada nilai kebersyukuran dan spiritualitas.
- 2) Memabntu dalam penyusunan kebijakan yang tidak hanya fokus pada pemulihan fisik dan ekonomi, tetapi juga pemulihan psikologis penyintas.

d. Bagi Masyarakat Luas

- 1) Menjadi sumber pengetahuan bahwa *gratitude* dan *spiritual well-being* dapat memperkuat daya tahan psikologis dalam menghadapi berbagai peristiwa traumatis.
- 2) Menginspirasi masyarakat untuk menumbuhkan budaya kebersyukuran dan penguatan spiritual sebagai bagian dari ketahanan komunitas dalam menghadapi bencana.



## E. Keaslian Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian terdahulu sebagai perbandingan. Berikut adalah penelitian terdahulu mengenai *Post-traumatic Growth*

No	Nama/Tahun	Judul	Teori	Metode Penelitian & Alat		Subjek & Lokasi Penelitian	Hasil Penelitian
				Ukur			
1.	Eunseung Kim & Sungman Bae/2019	Gratitude Moderates the Mediating Effect of Deliberate Rumination on the Relationship Between Intrusive Rumination and Post-traumatic Growth	Menggunakan teori <i>post-traumatic growth</i> dari Tedeschi & Calhoun (1996).	Menggunakan pendekatan kuantitatif dengan memberikan formulir persetujuan dan kuesioner kepada partisipan. Penelitian ini disetujui oleh <i>Institutional Review Board</i> dari Universitas Dankook. Alat ukur yang digunakan, meliputi <i>Trauma Experience Questionnaire</i> yang dikembangkan oleh Song et al. (2009) dan diadaptasi oleh Shin and Chung (2012), <i>Korean Version of the Event-</i>	pendekatan dengan formulir partisipan. Penelitian ini disetujui oleh <i>Institutional Review Board</i> dari Universitas Dankook. Alat ukur yang digunakan, meliputi <i>Trauma Experience Questionnaire</i> yang dikembangkan oleh Song et al. (2009) dan diadaptasi oleh Shin and Chung (2012), <i>Korean Version of the Event-</i>	Peserta dalam penelitian ini direkrut dari pusat-pusat komunitas di kota-kota besar dan berbagai wilayah di Korea Selatan. Penelitian ini dilakukan pada 450 orang dewasa dengan rentang usia 19-68 tahun. Penelitian ini juga mengkategorisasikan trauma partisipan menjadi tiga jenis. Ditemukan 143 orang mengalami trauma interpersonal yang disebabkan oleh pelaku manusia, 146 orang mengalami trauma	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa <i>deliberate rumination</i> memediasi pengaruh antara <i>intrusive rumination</i> dan PTG. <i>Gratitude</i> memoderasi pengaruh <i>deliberate rumination</i> terhadap PTG. Terakhir, <i>gratitude</i> juga memoderasi efek mediasi <i>deliberate rumination</i> dalam pengaruh antara <i>intrusive rumination</i> dengan PTG.

---

*Related Rumination Inventory* (ERRI) yang disebabkan oleh faktor interpersonal yang dikembangkan oleh Cann manusia atau alam, dan 122 et al. (2011) dan diadaptasi orang mengalami trauma oleh Ahn et al. (2013), yang berhubungan dengan *Korean Version of the Post-traumatic Growth Inventory* (PTGI) yang dikembangkan oleh Tedeschi dan Calhoun (1996) dan divalidasi oleh Song et al. (2009), and *Korean Version of the Gratitude Questionnaire* yang dikembangkan oleh McCullough et al. (2002) dan divalidasi oleh Kwon et al. (2006).

- 
2. M.A. Subandi, Spiritual, Gratitude, Menggunakan teori Menggunakan pendekatan / Subjek penelitian ini adalah Hasil analisis regresi Taufik Hope and Post- *post-traumatic mixed method*, yaitu penyintas bencana Merapi berganda menunjukkan Achmad, traumatic Growth *growth* dari Taku, kuantitatif dan kualitatif yang tinggal di hunian bahwa spiritualitas
-

<p>Hanifah Kurniati, &amp; Rizky Febri/2014</p>	<p>Among the Survivors of the 2010 Eruption of Mount Merapi in Java, Indonesia</p>	<p>Calhoun, Tedeschi, Gil-Rivas, Klimer, &amp; Cann (2007).</p>	<p>dengan langkah awal memberikan empat instrumen kepada masing- masing partisipan, yaitu <i>Post-traumatic Growth Inventory</i> (PTGI) yang dikembangkan oleh Urbayatun (2012) berdasarkan konsep PTG dari Tedeschi (1999), <i>Spirituality Scale</i> yang diadaptasi dari <i>ASP Spirituality Scale</i> dari Büssing, Ostermann, &amp; Matthiessen (2007), <i>Gratitude Scale</i> yang dimodifikasi dan dikembangkan oleh Vanesa dan Uyun (2008) berdasarkan konsep Al Jauziyah, dan <i>Hope Scale</i></p>	<p>sementara Desa Glagaharjo, Kecamatan Cangkringan, Kabupaten Sleman, Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. bagi para penyintas sebanyak 90 orang Muslim dengan rentang usia 18 – 55 tahun.</p>	<p>merupakan satu-satunya prediktor signifikan terhadap <i>post-traumatic growth</i> (PTG) (<math>F = 11,671</math>, <math>p &lt; .01</math>). Koefisien determinan <i>adjusted R square</i> sebesar 0,107 menunjukkan bahwa kontribusi efektif spiritualitas terhadap PTG adalah 10,7%. Data kualitatif mengindikasikan bahwa spiritualitas— melalui doa, keyakinan kepada Tuhan, kebijaksanaan, kasih sayang, dan kesabaran— mampu mengubah pengalaman penderitaan menjadi dorongan positif menuju pertumbuhan.</p>
---	--	---	--	---	---

yang diadaptasi dari skala yang dikembangkan oleh Riyono (2010). Kemudian, peneliti melakukan wawancara terbuka dengan pertanyaan berfokus pada pengalaman partisipan.

<p>3. Asli Kartol, Servet Üztemur, Chao-Ying Chen, Chung-Ying Lin, Ali Gökalp, Marc N. Potenza, dan Amir H. Pakpour/2025</p>	<p>Trauma and Related Measures One Year After the 2023 Earhquakes in Türkiye: Post-traumatic Stress, Post-traumatic Growth, Spiritual Well-being, and Self-compassion</p>	<p>Menggunakan teori <i>post-traumatic growth</i> dari Calhoun &amp; Tedeschi (2004).</p>	<p>Penelitian ini menggunakan desain korelasi prediktif multifaktori untuk mengidentifikasi pengaruh langsung dan tidak langsung antar variabel. Alat ukur yang digunakan, terdiri dari <i>Post-traumatic Growth Inventory</i> (PTGI) yang dikembangkan oleh Tedeschi &amp; Calhoun (1996), <i>Spiritual Well-being</i> (SWB) <i>Scale</i> yang</p>	<p>Subjek penelitian ini sebanyak 390 orang dewasa yang secara langsung mengalami gempa bumi di wilayah selatan Türkiye pada 6 Februari 2023. Kriteria inklusi penelitian ini adalah berusia 18 tahun atau lebih pada Februari 2024, berdomisili di sepuluh provinsi yang terdampak oleh dua gempa besar (Mw 7,7 dan 7,6) pada 6 Februari 2023 serta gempa susulan</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa gejala PTSD sering kali masih bertahan satu tahun setelah trauma akibat gempa bumi. Individu dengan skor PTSD yang tinggi juga memiliki skor PTG yang tinggi. Belas kasih terhadap diri sendiri (<i>self-compassion</i>) dan <i>spiritual well-being</i> yang tinggi setelah trauma tampak memberikan efek positif</p>
--	---	---	---	--	--

dikembangkan oleh Ekşi & Kardaş (2017), *Self-compassion Scale Short Form* yang dikembangkan oleh Neff (2003) dan dimodifikasi oleh Yildirim & Sari (2018). yang berlangsung selama dan mengurangi PTSD. berbulan-bulan, tidak Temuan ini dapat menjadi melakukan migrasi ke panduan bagi para wilayah lain di Türkiye profesional kesehatan setelah gempa, bahkan mental dalam upaya secara sementara, dan mengurangi dampak memberikan persetujuan traumatis akibat gempa bumi di masa depan. secara daring.

4. Wenchao Wang, Xinchun Wu, & Yuxin Tian/2018	Mediating Roles of Gratitude and Social Support in the Relation Between Survivor Guilt and Posttraumatic Stress Disorder, Posttraumatic Growth Among Adolescents After the Ya'an Earthquake	Menggunakan teori <i>post-traumatic growth</i> dari Tedeschi dan Calhoun (1996).	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu dengan memberikan beberapa alat ukur, seperti <i>Trauma Exposures Questionnaire</i> yang dikembangkan oleh Wu et al. (2013), <i>The Interpersonal Guilt Questionnaire</i> yang dikembangkan oleh O'Connor et al. (1997), dan <i>Gratitude Questionnaire</i>	Subjek pada penelitian ini sebanyak 706 remaja yang dipilih dari satu sekolah menengah pertama dan satu sekolah menengah atas di Kabupaten Lushan, Provinsi Sichuan, Tiongkok dengan rentang usia 11,0 – 18,0 tahun dan pernah mengalami gempa Ya'an tiga setengah tahun yang lalu dan sekitar 200% dari mereka terjebak	Hasil penelitian menunjukkan bahwa rasa bersalah karena selamat ( <i>survivor guilt</i> ) memiliki pengaruh positif baik terhadap PTSD maupun PTG. Rasa syukur ( <i>gratitude</i> ) sebagian memediasi pengaruh antara <i>survivor guilt</i> dengan PTSD dan PTG. Dukungan sosial ( <i>social support</i> ) sebagian memediasi
--	---	--	--	--	--

yang diadaptasi ke bahasa atau terluka akibat gempa pengaruh antara *survivor* China oleh Wei et al. tersebut. *guilt* dengan PTG tetapi (2011), *Social Support* tidak dengan PTSD, serta *Questionnaire* yang memediasi pengaruh rasa dikembangkan oleh Zou syukur (*gratitude*) terhadap (1999), PTSD *Checklist for* PTG. DSM-5 yang Weathers (2013), dan dikembangkan oleh *Posttraumatic Growth Inventory* yang diadaptasi ke bahasa China oleh Zhou et al. (2014).

5.	Zarina Akbar & Evelin Witruk/2016	Coping Mediates the Relationship Between Gender and Posttraumatic Growth	Menggunakan teori <i>post-traumatic growth</i> dari Tedeschi, Park, & Calhoun (1998).	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan memberikan beberapa lat ukur, seperti <i>Post-Traumatic Growth Inventory</i> yang dikembangkan oleh	Subjek penelitian terdiri dari 100 penyintas bencana gempa bumi di Kabupaten Bantul tahun 2006 dan letusan gunung merapi tahun 2010 di Kecamatan Cangkringan, Kabupaten	Penelitian ini menunjukkan bahwa strategi koping berhubungan secara signifikan dengan <i>posttraumatic growth</i> (PTG). Pengaruh antara jenis kelamin dan PTG
----	-----------------------------------	--	---	--	---	--

Tedeschi & Calhoun Sleman, Provinsi dapat dimediasi oleh (1996) dan *the Brief COPE* Yogyakarta, Indonesia. perilaku coping. *Scale* yang dikembangkan oleh Carver (1997).

6. Ece Naz Ermis/2023	The Mediating Role of The Meaning of Life in the Effect of Spiritual Well-Being on Post-Traumatic Growth During the Covid-19 Pandemic Process	Menggunakan teori <i>post-traumatic growth</i> dari Tedeschi & Calhoun (2004)	<p>Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan memberikan beberapa alat ukur, seperti <i>The Multidimensional Existential Regret Scale</i> yang dibuat oleh Reker dan Truckle, kemudian diadaptasi ke Bahasa Turkish oleh Ermiş dan Bayraktar (2021), <i>Meaning of Life Scale</i> yang dibuat oleh Steger, Frazier, Oishi, dan Kaler (2006), kemudian diadaptasi ke Bahasa Turkish oleh Akın</p>	Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari 398 orang dengan spesifikasi 263 perempuan dan 135 laki-laki. Rentang usia partisipan dari 18 – 62 tahun. Kriteria partisipan, terdiri dari memiliki kemampuan membaca dan menulis serta berusia sesuai dengan prinsip kesukarelaan.	Hasil analisis menunjukkan bahwa kesejahteraan spiritual memiliki pengaruh positif dan signifikan secara statistik terhadap pertumbuhan pascatrauma, serta makna hidup memiliki peran mediasi parsial dalam pengaruh ini. Sementara pengaruh kesejahteraan spiritual terhadap makna hidup berada pada tingkat yang signifikan, ketakutan terhadap COVID terlihat memiliki peran regulasi
-----------------------	---	---	--	---	--

dan Taş (2011), *Spiritual Well-Being Scale* yang dibuat oleh Ekşi dan Kardeş (2017), *Posttraumatic Growth Inventory* (PTGI) yang dibuat oleh Tedeschi dan Calhoun (1996) dan diadaptasi ke Bahasa Turkish oleh Aydın and Kabukçuoğlu (2020), dan *Covid-19 Fear Scale* yang dibuat oleh Ahorsu et al. (2020) dan diadaptasi ke Bahasa Turkish oleh Artan, Meydan, dan Irmak (2021).

dalam pengaruh tersebut. Selain itu, meskipun makna hidup memiliki pengaruh signifikan terhadap pertumbuhan pascatrauma, penyesalan eksistensial juga terlihat memiliki peran regulasi dalam pengaruh ini.

7.	Khusnul Khatimah & Sri Redatin Retno Pudjiati/2022	Posttraumatic Growth: Trauma dan Hardiness	Peran Exposure Family pada	Menggunakan teori <i>post-traumatic growth</i> dari Tedeschi & Calhoun (2004)	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian <i>cross-sectional</i> . Alat ukur	Partisipan pada penelitian ini adalah individu 17 – 35 tahun yang menjadi korban bencana alam likuifasi di Sulawesi	Hasil penelitian ini menemukan bahwa <i>trauma exposure</i> dan <i>family hardiness</i> secara signifikan memprediksi sebesar 7%
----	--	--	----------------------------	---	---	---	--

<p>Penyintas Likuifasi Pasigala</p>	<p>yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu <i>Posttraumatic Growth Inventory-Short Form</i> (PTGI-SF) yang dikembangkan oleh Cann et al. (2010) dan diadaptasi ke Bahasa Indonesia oleh Shafira (2011), yang merupakan versi pendek dari <i>Posttraumatic Growth Inventory</i> (PTGI). Instrumen lainnya, yaitu <i>Family Hardiness Index</i> yang dikembangkan oleh McCubbin et al. (1986), dan instrumen pengukuran paparan trauma yang diadaptasi dan dimodifikasi oleh</p>	<p>Tengah pada tahun 2018, dan 17.2% variasi <i>posttraumatic growth</i> gangguan psikologis ketika variabel lain (berdasarkan diagnosis dikontrol. Kemudian, uji profesional) yang berkaitan mediasi menunjukkan bahwa <i>family hardiness</i> secara signifikan berperan sebagian atau parsial sebagai mediator antara <i>trauma exposure</i> terhadap PTG. Semakin banyak partisipan <i>trauma exposure</i> yang dialami individu ketika bencana alam terjadi, dengan adanya tingkat <i>family hardiness</i> yang semakin tinggi, individu akan mencapai kondisi PTG yang lebih tinggi dibandingkan jika hanya</p>
-------------------------------------	---	---

				Fergusson et al. (2014) dan Kvestad et al. (2019).		mempertimbangkan peran <i>trauma exposure</i> .
8.	Wei Xu, Huili Jiang, Yuyang Zhou, Linli Zhou, & Hong Fu/2019	Instrusive Rumination, Deliberate Rumination, and Posttraumatic Growth Among Adolescents After a Tornado	Menggunakan teori <i>post-traumatic growth</i> dari Tedeschi & Calhoun (2004)	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan memberikan alat ukur, yaitu <i>Social Support</i> yang diadaptasi ke versi China oleh Wu et al. (2014) dari <i>Furman and Buhrmester's Network of Relationships Inventory</i> dari Furman & Buhrmester (1992), <i>Posttraumatic Growth Inventory</i> (PTGI) yang diadaptasi ke versi China oleh Zhou et al. (2014), dan <i>Event-Related Rumination Inventory</i> (ERRI) yang diadaptasi ke versi China oleh Zhou et al. (2014).	Partisipan penelitian ini sebanyak 455 siswa dengan adanya persetujuan orang tua bagi siswa yang berusia di bawah 16 tahun. Sebanyak 12 siswa dikeluarkan dari analisis, sehingga 443 set kuesioner dinyatakan valid. Penelitian ini dilakukan 1 tahun setelah angin puting bawliung di Daerah Yancheng.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara <i>intrusive rumination</i> dan <i>posttraumatic growth</i> , sedangkan terapat pengaruh positif antara <i>deliberate rumination</i> dan <i>posttraumatic growth</i> . Selain itu, dukungan sosial yang tidak memoderasi pengaruh antara <i>deliberate rumination</i> dan <i>posttraumatic growth</i> , tetapi secara signifikan memediasi pengaruh antara <i>deliberate rumination</i> dan <i>posttraumatic growth</i> .

9. Katarzyna Tomaszek & Agnieszka Muchacka-Cymerman/20	Thinking About My Existence During COVID-19, I Feel Anxiety and Awe – The Mediating Role of Existential Anxiety and Life Satisfaction on the Relationship Between PTSD Symptoms and Post-Traumatic Growth	Menggunakan teori <i>post-traumatic growth</i> dari Tedeschi & Calhoun (1995)	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan memberikan survei yang terdiri dari beberapa alat ukur, yaitu <i>Impact Event Scale – Revised Scale</i> (IES-R) oleh Weise & Marmar (1997), <i>Existential Anxiety and Fear Scale-Short Version</i> (SNE) oleh Juros (2011), <i>Satisfaction with Life Scale</i> (SWLS) oleh Diener et al. (1985), dan <i>Post-traumatic Growth Inventory</i> (PTGI) oleh Tedeschi & Calhoun (1995).	Partisipan penelitian ini dikumpulkan melalui survei <i>online</i> di Polandia selama puncak wabah pandemi COVID-19. Partisipan yang terlibat sebanyak 199 mahasiswa dengan spesifikasi 155 perempuan, 29 laki-laki dengan rentang usia 18 – 48 tahun, para partisipan tidak memiliki diagnosis psikiatris PTSD. Kemudian, sampe dikategorikan menjadi tiga kelompok, yaitu tingkat gejala PTSD rendah, tingkat gejala PTSD rata-rata, dan tingkat gejala PTSD tinggi.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa efek PTSD terhadap <i>post-traumatic growth</i> dapat dimediasi oleh kecemasan eksistensial dan kepuasan hidup. Penelitian ini juga mengkonfirmasi dua efek tidak langsung, yaitu efek tidak langsung PTSD terhadap <i>post-traumatic growth</i> melalui kecemasan eksistensial dan kepuasan hidup yang diuji secara simultan dan efektifidak langsung kepuasan hidup terhadap <i>post-traumatic growth</i> melalui tingkat keparahan gejala trauma. Tingkat PTSD menengah atau tinggi berkaitan
--	---	---	---	--	---

							dengan lebih sedikit <i>post-traumatic growth</i> , sedangkan gejala stres PTSD rendah maupun penuh justru memperkuat pengalaman <i>post-traumatic growth</i> .
10.	Yudi Tri Harsono, Femmi Nurmalitasari, & Sofia Retnowati/2021	Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Pertumbuhan Pasca Trauma pada Korban Difabel Akibat Bencana Gempa	Menggunakan teori <i>post-traumatic growth</i> dari Tedeschi & Calhoun (2004)	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan memberikan alat ukur yang terdiri dari <i>Post-traumatic Growth Inventory</i> (PTGI) yang dikembangkan oleh Tedeschi & Calhoun (1996) dan telah dimodifikasi oleh Urbayatun (2012), serta Skala Dukungan Sosial yang dikembangkan oleh Urbayatun (2012).	Partisipan penelitian ini berjumlah 51 orang yang merupakan korban gempa bumi yang mengalami difabel pasca terjadi gempa bumi tahun 2006 di wilayah Bantul, khususnya pada anggota gerak, seperti tangan, kaki, atau saraf tulang belakang, berada pada rentang usia lebih dari 20 tahun, serta bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial berkontribusi positif terhadap pertumbuhan pasca trauma pada difabel akibat gempa.	

Berdasarkan pada berbagai uraian tentang penelitian terdahulu, maka dapat dilihat bahwa penelitian ini memiliki perbedaan sebagai berikut:

1. Keaslian Topik

Penelitian sebelumnya telah banyak membahas mengenai peran *gratitude* maupun *spiritual well-being* terhadap *post-traumatic growth*. Misalnya, penelitian dari Kim & Bae (2019) menemukan bahwa *gratitude* dapat memoderasi pengaruh *deliberate rumination* dengan *post-traumatic growth*, sementara penelitian Ermis (2023) menemukan bahwa *spiritual well-being* berperan dalam meningkatkan *post-traumatic growth* dengan makna hidup sebagai mediator parsial. Namun, kedua penelitian ini hanya menekankan satu variabel saja, baik *gratitude* atau *spiritual well-being*, tanpa menguji keduanya secara bersamaan. Kemudian, penelitian Xu et al. (2019) hanya menghubungkan *intrusive rumination* dengan *post-traumatic growth* tanpa memasukkan variabel mediasi maupun moderasi. Penelitian ini akan menggunakan *gratitude* dan *spiritual well-being* sebagai *multiple parallel mediation* pada pengaruh *intrusive rumination* terhadap *post-traumatic growth*.

2. Keaslian Teori

Sebagian besar penelitian sebelumnya menggunakan teori *post-traumatic growth* dari Tedeschi & Calhoun, namun dengan edisi dan penekanan yang berbeda, misalnya Wang et al. (2018) menggunakan teori Tedeschi & Calhoun (1996), sementara Zarina Akbar & Evelin Witruk (2016) menggunakan Tedeschi, Park, Calhoun (1998). Beberapa penelitian lainnya juga menggunakan teori Tedeschi & Calhoun (2004), seperti penelitian Kartol et al. (2025), Ermis (2023), Khatimah & Pudjiati (2022), Xu et al. (2019), dan Harsono, Nurmalitasari, & Retnowati (2021). Penelitian ini akan menggunakan teori Tedeschi, Finch, & Taku (2018) yang merupakan penyempurnaan model *post-traumatic growth* dengan lima dimensi utama dan *post-traumatic growth* lebih dimaknai sebagai proses dinamis yang dipengaruhi oleh konteks kognitif, sosial, dan budaya. Penelitian ini akan mengintegrasikan model *post-traumatic growth* dengan beberapa teori lainnya, seperti *rumination* dari Cann et al. (2011), *gratitude* dari McCullough et al. (2002), dan *spiritual well-being* dari Paloutzian & Ellison (1982).

3. Keaslian Alat Ukur

Sebagian besar penelitian terdahulu menggunakan *Post-traumatic Growth Inventory* (PTGI) yang dikembangkan oleh Tedeschi & Calhoun (1996). Misalnya, Penelitian Kim & Bae (2019) menggunakan PTGI yang diadaptasi ke dalam Bahasa Korea oleh Song et al. (2009) atau Penelitian Wang et al. yang menggunakan PTGI adaptasi dari Zhou et al.

(2014) dengan menerjemahkan alat ukur ke dalam Bahasa China. Penelitian ini akan menggunakan *Post-traumatic Growth Inventory – Short Form* (PTGI-SF) dari Cann et al. (2010) yang sama juga digunakan pada penelitian Khatimah & Pudjiati (2022). Tetapi, alat ukur ini akan diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh peneliti dan akan disesuaikan dengan konteks bencana gempa bumi Bantul tahun 2006.

#### 4. Keaslian Subjek

Beberapa penelitian sebelumnya telah menggunakan subjek penelitian dari para penyintas bencana di Indonesia, tetapi fokusnya berbeda. Seperti, penelitian Subandi et al. (2014) meneliti penyintas erupsi Merapi tahun 2010, sementara Akbar & Witruk (2016), serta Harsono et al. (2021) meneliti penyintas gempa bumi Bantul tahun 2006. Penelitian Khatimah & Pudjiati (2022) meneliti penyintas likuifasi Pasigala (2018). Penelitian ini memiliki subjek penelitian yang sama dengan penelitian Harsono et al. (2021), tetapi lebih diperluas cakupannya, yaitu penyintas bencana gempa bumi Bantul tahun 2006.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa *intrusive rumination* berpengaruh positif terhadap *post-traumatic growth* yang menunjukkan bahwa munculnya pemikiran yang bersifat intrusif setelah peristiwa traumatis dapat berkontribusi dalam mendorong penyintas bencana untuk mencapai pertumbuhan positif secara psikologis. Selanjutnya, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa *gratitude* terbukti memediasi secara parsial dalam pengaruh *intrusive rumination* terhadap *post-traumatic growth*. Dengan demikian, dapat diartikan bahwa *gratitude* berperan dalam membantu penyintas bencana mengarahkan pikirannya untuk lebih menghargai kehidupan, sehingga mendukung terjadinya pertumbuhan psikologis yang positif. Selain itu, variabel mediasi *spiritual well-being* juga memediasi secara parsial dalam pengaruh *intrusive rumination* terhadap *post-traumatic growth*. Hal tersebut mengindikasikan bahwa *spiritual well-being* memiliki peran penting dalam proses pencarian makna dan penerimaan terhadap pengalaman traumatis. Selain itu, hasil analisis lainnya menemukan bahwa *gratitude* dan *spiritual well-being* dapat memediasi pengaruh *intrusive rumination* terhadap *post-traumatic growth* secara simultan pada model *parallel multiple mediation*. Temuan ini mengindikasikan bahwa masing-masing variabel mediasi dapat saling melengkapi dan memiliki peran untuk memediasi pengaruh *intrusive rumination* terhadap *post-traumatic growth*.

#### B. Saran

##### 1. Saran Teoritis

Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan model penelitian dengan mempertimbangkan variabel lain yang berpotensi untuk menjadi mediator maupun moderator. Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat menguji kemungkinan efek mediasi secara serial antara *gratitude* dan *spiritual well-being* untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif.

##### 2. Saran Praktis

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan kepada praktisi di bidang psikologi, khususnya konselor dan psikolog untuk:

- a. Membantu individu dalam mengelola *intrusive rumination* yang muncul setelah peristiwa traumatis agar dapat diarahkan menjadi proses refleksi yang lebih adaptif dan konstruktif.

- b. Mengembangkan intervensi psikologis yang berfokus pada peningkatan *gratitude* dan *spiritual well-being* sebagai upaya untuk mendorong *post-traumatic growth*.

### 3. Saran Metodologis

Penelitian selanjutnya disarankan untuk:

- a. Menggunakan desain penelitian longitudinal guna melihat dinamika perubahan variabel dari waktu ke waktu.
- b. Memperluas jumlah serta karakteristik responden agar hasil penelitian memiliki tingkat generalisasi yang lebih baik.
- c. Mengkombinasikan pendekatan kuantitatif dan kualitatif untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam terkait pengalaman individu dalam menghadapi peristiwa traumatis.



## DAFTAR PUSTAKA

- Aggarwal, C. C. (2016). An Introduction to Outlier Analysis. In *Outlier Analysis*. Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-47578-3>
- Ahn, J. (2002). Beyond single equation regression analysis: Path analysis and multi-stage regression analysis. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 66(1), 37–42.
- Aiken, L. R. (1980). Content validity and reliability of single items or questionnaires. *Educational and Psychological Measurement*, 40(4), 955–959. <https://doi.org/10.1177/001316448004000419>
- Alorani, O. I., & Alradaydeh, M. F. (2018). Spiritual well-being, perceived social support, and life satisfaction among university students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 23(3), 291–298. <https://doi.org/10.1080/02673843.2017.1352522>
- American Psychiatric Association. (1952). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*.
- Ananto, A. ., & Widodo, E. (2016). Analisis Risiko Gempa Bumi di Kabupaten Bantul. *Konferensi Nasional Penelitian Matematika Dan Pembelajarannya (KNPMP I)*, 900–905. <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/handle/11617/7036> Diakses tanggal 14 November 2019
- Ardino, V. (2011). *Childhood and Adolescence Post-Traumatic Syndromes in Childhood and Adolescence A Handbook of Research and Practice*. John Wiley & Sons.
- Arikunto. (2000). *Manajemen Penelitian*. Rineka Cipta.
- Aryuni, M. (2023). Post-traumatic Stress Disorder pada Penyintas Bencana Ganda. *Kinesik*, 10(1), 113–131.
- Asad, A. U., & Hafnidar, H. (2023). Skala Resiliensi Pada Masyarakat Kota Surabaya. *Jurnal Syntax Transformation*, 4(3), 44–50. <https://doi.org/10.46799/jst.v4i3.702>
- Aulady, M. F. N., & Fujimi, T. (2019). Policy Implication for Economic Losses Reduction Due to Earthquake Disaster in Bantul City, Indonesia. *IOP Conference Series: Materials Science and Engineering*, 462(1). <https://doi.org/10.1088/1757-899X/462/1/012051>
- Aurelius, O., Nole, O. A., Ranimpi, Y. Y., & Fjaagesund, S. (2025). Emotional health and spiritual well-being in trauma survivors of natural disasters in Palu , Central Sulawesi , Indonesia : The role of community resilience survivors of natural disasters in Palu , Central Sulawesi , Indonesia : The role of community resi. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(2), 215–244. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v10i2.25100>
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas* (Edisi 4). Pustaka Pelajar.
- Baldah, A., Duarisah, A. V., & Maulana, R. A. (2023). Clustering Daerah Rawan Bencana

- Alam Di Indonesia Berdasarkan Provinsi Dengan Metode K-Means. *Jurnal Ilmiah Informatika Global*, 14(2), 31–36. <https://doi.org/10.36982/jiig.v14i2.3186>
- Barker, C., Pistrang, N., & Elliot, R. (2002). Handbook of Research Methods in Clinical Psychology (2nd Eds.). In *Behaviour Research and Therapy* (Vol. 40, Issue 4). John Wiley & Sons. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(01\)00040-7](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(01)00040-7)
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173–1182. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>
- Bawono, A. S. (2016). Studi Kerentanan Bangunan Akibat Gempa : Studi Kasus Perumahan Di Bantul. *Semesta Teknika*, 19(1), 90–97.
- Bensimon, M. (2012). Elaboration on the association between trauma , PTSD and posttraumatic growth : The role of trait resilience. *Personality and Individual Differences*, 52, 782–787. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.01.011>
- Bolton, M. J. (2013). What is Trauma? In *Trauma-Informed: The Trauma Tool Kit* (p. 9). Clinic Community Health Centre.
- Brata, A. G., de Groot, H. L. F., & Zant, W. (2018). The Impact of the 2006 Yogyakarta Earthquake on Local Economic Growth. *Economics of Disasters and Climate Change*, 2(2), 203–224. <https://doi.org/10.1007/s41885-018-0026-5>
- Brooks, S., Amlot, R., Rubin, G. J., & Greenberg, N. (2020). Psychological Resiliences and Post-traumatics Growth in Disaster-exposed organisation: Overview of the Literature. *BMJ Mil Health*, 168(1), 52–56.
- Buchari, R. A. (2020). Manajemen Mitigasi Bencana dengan Kelembagaan Masyarakat di Daerah Rawan Bencana Kabupaten Garut Indonesia. *Sawala : Jurnal Pengabdian Masyarakat Pembangunan Sosial, Desa Dan Masyarakat*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.24198/sawala.v1i1.25836>
- Bujang, M. A., Omar, E. D., Hui, D., & Foo, P. (2024). Sample size determination for conducting a pilot study to assess reliability of a questionnaire. *Restorative Dentistry & Endodontics*, 49(1), 1–8. <https://doi.org/10.5395/rde.2024.49.e3>
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2006). *Handbook of Posttraumatic Growth: Research and Practice*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Taku, K., Vishnevsky, T., Triplett, K. N., & Danhauer, S. C. (2010). A short form of the posttraumatic growth inventory. *Anxiety, Stress and Coping*, 23(2), 127–137. <https://doi.org/10.1080/10615800903094273>

- Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., Triplett, K. N., Vishnevsky, T., & Lindstrom, C. M. (2011). Assessing posttraumatic cognitive processes: The event related rumination inventory. *Anxiety, Stress and Coping*, 24(2), 137–156. <https://doi.org/10.1080/10615806.2010.529901>
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1990). Origins and functions of positive and negative affect: A control-process view. *Psychological Review*, 97(1), 19–35. <https://doi.org/10.1037/0033-295x.97.1.19>
- Choi, S., & In, H. (2020). Paths from core belief disruption to post-traumatic stress symptoms and post-traumatic growth among Korean undergraduates: The mediating role of rumination. *International Journal of Psychology*, 55(2), 215–223. <https://doi.org/10.1002/ijop.12578>
- Clark, C., Classen, C. C., Fourn, A., & Shetty, M. (2015). *Treating the Trauma Survivor: An Essential Guide to Trauma-Informed Care*. Routledge: Taylor & Francis Group LLC.
- Cohen, J. (1988). Set Correlation and Contingency Tables. *Applied Psychological Measurement*, 12(4), 425–434.
- Confino, D., Einav, M., & Margalit, M. (2023). Post-traumatic Growth: The Roles of the Sense of Entitlement, Gratitude and hope. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 8, 453–465. <https://doi.org/10.1007/s41042-023-00102-9>
- Cooper, D. R., Schindler, P. S., & Sun, J. (2003). Business research methods (11 Eds.). In *Business Research Methods* (Issue 2000). McGraw-Hill Higher Education. <http://130.209.236.149/headocs/31businessresearch.pdf>
- Courtois, C. A., & Ford, J. D. (2009). *Treating Complex Traumatic Stress Disorder: An Evidence-Based Guide*. <https://doi.org/10.1017/S1352465810000147>
- Dalenberg, J., Straus, E., & Carlson, E. B. (2017). Defining Trauma. In S. N. Gold (Ed.), *APA Handbook of Trauma Psychology* (p. 15). American Psychological Association Inc.
- Davis, E. B., Van Tongeren, D. R., McElroy-Heltzel, S. E., Davis, D. E., Rice, K. G., Hook, J. N., Aten, J. D., Park, C. L., Shannonhouse, L., & Lemke, A. W. (2021). Perceived and actual posttraumatic growth in religiousness and spirituality following disasters. *Journal of Personality*, 89(1), 68–83. <https://doi.org/10.1111/jopy.12537>
- DeVellis, R. F., & Thorpe, C. T. (2022). *Scale Development: Theory and Applications* (Fifth Edit). SAGE Publications.
- Diambama, A. D., Anggraini, A., Nukman, M., Lühr, B. G., & Suryanto, W. (2019). Velocity structure of the earthquake zone of the M6.3 Yogyakarta earthquake 2006 from a seismic tomography study. *Geophysical Journal International*, 216(1), 439–452.

<https://doi.org/10.1093/gji/ggy430>

- Dong, C., Gong, S., Jiang, L., Deng, G., & Liu, X. (2015). Posttraumatic growth within the first three months after accidental injury in China : The role of self-disclosure , cognitive processing , and psychosocial resources. *Psychology, Health, & Medicine, 20*(2), 154–164. <https://doi.org/10.1080/13548506.2014.913795> Posttraumatic
- El Khoury-Malhame, M., Sfeir, M., Hallit, S., & Sawma, T. (2024). Factors associated with posttraumatic growth: gratitude, PTSD and distress; one year into the COVID-19 pandemic in Lebanon. *Current Psychology, 43*(13), 12061–12070. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-04159-8>
- Ellison, C. W. (1983). Spiritual Well-Being: Conceptualization and Measurement. *Journal of Psychology and Theology, 11*(4), 330–338. <https://doi.org/10.1177/00916471830110040>
- Emmons, E. A. (2007). *Thanks!: How the New Science of Gratitude Can Make You Happier*. Houghton Mifflin Company.
- Emmons, R. A. (2004). Gratitude. In C. Peterson & M. E. P. Seligman (Eds.), *Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification* (pp. 553–568). Oxford University Press.
- Emmons, R. A., & Mishra, A. (2011). Why Gratitude Enhances Well-Being: What We Know, What We Need to Know. *Designing Positive Psychology: Taking Stock and Moving Forward, 248*, 262.
- Ermiş, E. N. (2023). The Mediating Role of The Meaning of Life in the Effect of Spiritual Well-Being on Post-Traumatic Growth During the Covid-19 Pandemic Process. *Spiritual Psychology and Counseling, 8*(3), 227–248. <https://doi.org/10.37898/spiritualpc.1288937>
- Exenberger, S., Kumnig, M., Juen, B., Rumpold, G., & Siller, H. (2019). Dimensions of posttraumatic growth in a German-speaking sample using mixed methods. *European Journal of Psychotraumatology, 10*(1). <https://doi.org/10.1080/20008198.2019.1701258>
- Feng, Y., Liu, X., Zhang, S., Lin, T., Guo, X., & Chen, J. (2024). Relationship among post-traumatic growth, spiritual well-being, and perceived social support in Chinese women with gynecological cancer. *Scientific Reports, 14*(1), 1–9. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-55605-5>
- Fischer, G., & Riedesser, P. (1999). *Lehrbuch der Psychotraumatologie (Textbook of psychotraumatology)*. Ernst Reinhardt Verlag.
- Fisher, J. (2000). Being Human, Becoming Whole, Understanding Spiritual Health and Well-Being. *Journal of Christian Education, 43*(3), 37–52. <https://doi.org/10.1177/002196570004300307>

- Fisher, J. (2001). The Nature of Spiritual Well-Being and the Curriculum: Some Educators' Views. *Journal of Christian Education*, 44(1), 47–58. <https://doi.org/10.1177/002196570104400106>
- Fredrickson, B. L. (2001). The Role of Positive Emotions in Positive Psychology. *American Psychologist*, 56(3), 218–226. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218>
- Fredrickson, B. L., & Branigan, C. (2005). Positive Emotions Broaden the Scope of Attention and Thought-action repertoires. *Cognition and Emotion*, 19(3), 313–332. <https://doi.org/10.1080/02699930441000238>
- Freud, S. (2015). Beyond the Pleasure Principle. *Psychoanalysis and History*, 17(2), 151–204. <https://doi.org/10.3366/pah.2015.0169>
- Friedman, M. J., Keane, T. M., & Resick, P. A. (2014). *Handbook of PTSD: Science and Practice*. The Guilford Press.
- Fritz, M. S., & MacKinnon, D. P. (2007). Required sample size to detect the mediated effect. *Psychological Science*, 18(3), 233–239. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2007.01882.x>
- García, F. E., Cova, F., Rincón, P., Vázquez, C., & Páez, D. (2016). Coping, rumination and posttraumatic growth in people affected by an earthquake. *Psicothema*, 28(1), 59–65. <https://doi.org/10.7334/psicothema2015.100>
- Garson, D. (2008). *Path Analysis*. Statistical Associates Publishing.
- Gesselman, A. N., Bigatti, S. M., Garcia1, J. R., Coe, K., Cella, D., & Champion, V. L. (2017). Spirituality, Emotional Distress, and Post-traumatic Growth in Breast Cancer Survivors and Their Partners: An Actor–Partner Interdependence Modeling Approach. *Psycho Oncology*, 26(10), 1691–1699. <https://doi.org/10.1002/PON.4192>
- Gunawan, A., & Khadiyanto, P. (2012). Kajian Aspek Bentuk Lahan dan Geologi Berdasarkan Mikrotremor dalam Perencanaan Ruang Kawasan Rawan Gempa di Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta ( Studi Kasus : Kecamatan Bantul , Jetis , Imogiri , dan Kretek ). *Jurnal Pembangunan Wilayah & Kota*, 8(2), 178–190. <https://doi.org/10.14710/pwk.v8i2.11570>
- Hadi, S. (2001). Isu Uji Asumsi. *Buletin Psikologi*, 9(1), 1–7.
- Hamid, N. (2020). Kesiapsiagaan Masyarakat dalam Menghadapi Gempa Bumi (Mengenang 14 Tahun Silam Gempa Bumi Bantul, Yogyakarta). *Altruis: Journal of Community Services*, 1(2), 81. <https://doi.org/10.22219/altruis.v1i2.12184>
- Hamid, S., Bagheri, S., Dehghan, M., & Khoshab, H. (2019). Post - traumatic Stress Disorder and Post - traumatic Growth Among Muslim CPR Survivors. *Journal of Religion and*

- Health*, 59(6), 3157–3167. <https://doi.org/10.1007/s10943-019-00946-z>
- Hanjarwati, A., & Marfai, M. A. (2017). Faktor-Faktor Penyebab Korban Bencana Gempa Bumi Di Kabupaten Bantul Tahun 2006 Menjadi Difable Daksa. *Jurnal Sosiologi Reflektif*, 11(2), 107. <https://doi.org/10.14421/jsr.v11i2.1354>
- Harsono, Y. T., Nurmalitasari, F., & Retnowati, S. (2020). Pengaruh dukungan sosial terhadap pertumbuhan pasca trauma pada korban difabel akibat bencana gempa. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 8, 59–68. <https://doi.org/10.24854/jpu195>
- Hawkins, D. (1980). *Identification of Outliers*. Chapman and Hall.
- Hayes, A. F. (2018). Partial, conditional, and moderated moderated mediation: Quantification, inference, and interpretation. *Communication Monographs*, 85(1), 4–40. <https://doi.org/10.1080/03637751.2017.1352100>
- Heale, R., & Twycross, A. (2015). Validity and reliability in quantitative studies. *Evidence-Based Nursing*, 18(3), 66–67. <https://doi.org/10.1136/eb-2015-102129>
- Helgeson, V. S., Reynolds, K. A., & Tomich, P. L. (2006). A Meta-Analytic Review of Benefit Finding and Growth A Meta-Analytic Review of Benefit Finding and Growth. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74, 797–816. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.74.5.797>
- Herman, J. (1992). Complex PTSD : A Syndrome in Survivors of Prolonged and Repeated Trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 5(3), 377–391.
- Herman, J. (2015). *Trauma and Recovery : The Aftermath of Violence From Domestic Abuse to Political Terror*. Basic Books.
- Hertzog, M. A. (2008). Considerations in Determining Sample Size for Pilot Studies. *Research in Nursing & Health*, 21, 180–191. <https://doi.org/10.1002/nur>
- Hinton, P. R., Brownlow, C., McMurray, I., & Cozens, B. (2004). *SPSS Explained*. Routledge Inc.
- Hobfoll, S. E., Hall, B. J., Canetti-Nisim, D., Galea, S., Johnson, R. J., & Palmieri, P. A. (2007). Refining our understanding of traumatic growth in the face of terrorism: Moving from meaning cognitions to doing what is meaningful. *Applied Psychology*, 56(3), 345–366. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2007.00292.x>
- Horowitz, M. J. (1986). *Stress response syndromes (2nd ed.)*. Inc. Aronson Inc.
- Hudang, A. K. (2014). Teknik Pengumpulan Data, Skala Pengukuran dan Instrumen Penelitian Kuantitatif. In A. N. Munandar (Ed.), *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi* (pp. 57–72). CV. Media Sains Indonesia.
- Humairoh, D. I. (2025). Dampak Psikologis Akibat Bencana Alam di Palu. *Jurnal Wacana*

- Sosial Nusantara*, 1(1), 18–22. <https://doi.org/10.5281/zenodo.17089820>
- Ingram, R. E. (1984). Toward an information-processing analysis of depression. *Cognitive Therapy and Research*, 8(5), 443–477. <https://doi.org/10.1007/BF01173284>
- Intishar, I. N. (2023). Pengaruh Perkembangan Otak pada Kemampuan Kognitif dan Perilaku dari Masa Infansi hingga Dewasa : Tinjauan Terkini Pendahuluan Metode. *Jurnal Sinestesia*, 13(2), 1216–1223.
- Janie, D. N. A. (2012). Statistik Deskriptif & regresi Linier Berganda dengan SPSS. In A. Dr. Hj. Ardiani Ika S., S.E., M.M. (Ed.), *Semarang University Press*.
- Jati, W. R. (2014). Gejolak Sosial Paska Penanggulangan Bencana: Studi Bencana Gempa Bumi Bantul 2006. *Jurnal Dialog Penanggulangan Bencana*, 5(1), 57–64. <https://bnpb.go.id/jurnal/jurnal-dialog-penanggulangan-bencana-vol-5-no-1-tahun-2014>
- Joseph, R. (2020). *A Beginners Guide To Trauma- Understanding the Toxic -- Reshie Joseph -- ( WeLib. Living Free.*
- Joseph, S., & Linley, P. A. (2005). Positive adjustment to threatening events: An organismic valuing theory of growth through adversity. *Review of General Psychology*, 9(3), 262–280. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.3.262>
- Jung, H. O., & Han, S. W. (2022). Post-traumatic growth of people who have experienced earthquakes: Qualitative research systematic literature review. *Frontiers in Psychiatry*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.1070681>
- Kamijo, N., & Yukawa, S. (2018). The role of rumination and negative affect in meaning making following stressful experiences in a Japanese sample. *Frontiers in Psychology*, 9(NOV), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02404>
- Kartol, A., Üztemur, S., Chen, C. Y., Lin, C. Y., Gökalp, A., Potenza, M. N., & Pakpour, A. H. (2025). Trauma and related measures one year after the 2023 earthquakes in Türkiye: post-traumatic stress, post-traumatic growth, spiritual well-being, and self-compassion. *Current Psychology*, 5033–5043. <https://doi.org/10.1007/s12144-025-07563-y>
- Kessler, R. C., McLaughlin, K. A., Koenen, K. C., Petukhova, M., & Hill, E. D. (2012). The importance of secondary trauma exposure for post-disaster mental disorder. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 21(1), 35–45. <https://doi.org/10.1017/S2045796011000758>
- Keya, T. A., Leela, A., Habib, N., Rashid, M., & Bakthavatchalam, P. (2023). Mental Health Disorders Due to Disaster Exposure: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Cureus*, 15(4). <https://doi.org/10.7759/cureus.37031>
- Kim, E., & Bae, S. (2019). Gratitude Moderates the Mediating Effect of Deliberate Rumination on the Relationship Between Intrusive Rumination and Post-traumatic Growth. *Frontiers*

- in Psychology*, 10(December), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02665>
- Kimberlin, C. L., & Winterstein, A. G. (2008). Validity and reliability of measurement instruments used in research. *American Journal of Health-System Pharmacy*, 65(23), 2276–2284. <https://doi.org/10.2146/ajhp070364>
- Kollárik, M., van den Hout, M., Heinzl, C. V., Hofer, P. D., Lieb, R., & Wahl, K. (2020). Effects of rumination on unwanted intrusive thoughts: A replication and extension. *Journal of Experimental Psychopathology*, 11(1). <https://doi.org/10.1177/2043808720912583>
- Kuehner, C., & Weber, I. (1999). Responses to Depression in Unipolar Depressed Patients: An Investigation of Nolen-Hoeksema's Response Styles Theory. *Psychological Medicine*, 29(6), 1323–1333. <https://doi.org/10.1017/S0033291799001282>
- Kusumasari, B. (2012). Network organisation in supporting post-disaster management in Indonesia. *International Journal of Emergency Services*, 1(1), 71–85. <https://doi.org/10.1108/20470891211239326>
- Laku, I. M. (2021). Penyebab Stress (Stressor) Pada Korban Bencana: Systematic Review. *Jurnal Sahabat Keperawatan*, 3(01), 41–52. <https://doi.org/10.32938/jsk.v3i01.936>
- Lee, J. yeon, & Kim, J. (2021). Korean Christian Young Adults' Religiosity Affects Post-traumatic Growth: The Mediation Effects of Forgiveness and Gratitude. *Journal of Religion and Health*, 60(6), 3967–3977. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01213-w>
- Leys, R. (2000). *Trauma: A Genealogy*. The University of Chicago Press.
- Likert, R. (1932). A Technique for the Measurement of Attitudes. *Archives of Psychology*, 140(22), 55.
- Lorenzi, P., Nardi, B., Carmassi, C., & Carpita, B. (2022). Post-traumatic Growth in the Frame of Traumatic Experiences. *Clinical Neuropsychiatry*, 19(6), 390–393. <https://doi.org/10.36131/cnfioritieditore20220606>
- Mackinnon, D. (2012). *Introduction to Statistical Mediation Analysis*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203809556>
- Malini, H., Susanti, H., Susanti, S. S., Alim, S., Putri, A. F., Bintari, D. R., Mahathir, M., Lenggogeni, D. P., Kornhaber, R., Lopez, V., & Cleary, M. (2026). Posttraumatic Growth Among Survivors of Natural Disaster in Indonesia : A Qualitative Study. *INQUIRY: The Journal of Health Care Organization, Provision, and Financing*, 63, 1–9. <https://doi.org/10.1177/00469580261417540>
- Mardiatmoko, G. (2020). Pentingnya Uji Asumsi Klasik Pada Analisis Regresi Linier Berganda (Studi Kasus Penyusunan Persamaan Allometrik Kenari Muda [Canarium

- Indicum L.]). *BAREKENG: Jurnal Ilmu Matematika Dan Terapan*, 14(3), 333–342. <https://doi.org/10.30598/barekengvol14iss3pp333-342>
- Martin, L. L., & Tesser, A. (1989). Toward a Motivational and Structural Theory of Ruminative Thought. In J. S. Uleman & J. A. Bargh (Eds.), *Unintended Thought* (pp. 306–326). The Guilford Press.
- Martin, L. L., & Tesser, A. (1996). Some Ruminative Thoughts. In R.S. Wyer (Ed.), *Ruminative Thoughts* (pp. 1–47). Lawrence Erlbaum Associates.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112–127. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.112>
- McCullough, M. E., Kilpatrick, S. D., Emmons, R. A., & Larson, D. B. (2001). Is gratitude a moral affect? In *Psychological Bulletin* (Vol. 127, Issue 2, pp. 249–266). <https://doi.org/10.1037//0033-2909.127.2.249>
- McCullough, M. E., Root, L. M., & Cohen, A. D. (2006). Writing About the Benefits of an Interpersonal Transgression Facilitates Forgiveness. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 74(5), 887–897. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.74.5.887>
- Moberg, D. O. (1984). Subjective Measures of Spiritual Well-Being. *Review of Religious Research*, 25(4), 351–364.
- Mooren, T., & Stöfse, M. (2014). Gratitude and Personal Functioning Among Earthquake Survivors in Indonesia. *The Journal of Positive Psychology*, 9(4), 295–305. <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.902492>
- Mróz, J., Kaleta, K., & Byra, S. (2024). The indirect effects between gratitude and forgiveness in people with an acquired physical disability : the role of posttraumatic growth. *Medical Studies*, 40(4), 364–370. <https://doi.org/10.5114/ms.2024.145798>
- Muslihaturobbiah, M., & Triyono, T. (2025). *Posttraumatic Growth in Adolescent Survivors of the Mount Merapi Eruption Disaster Abstrak*. 16(01), 27–35.
- Narsum, A. (2018). Uji Normalitas Data untuk Penelitian. In *Jayapangus Press*.
- Nole, O. A. (2024). The relevance of Psalm 23 for people after natural disasters in Central Sulawesi Otniel Aurelius Nole Article History : *KAMASEAN: Jurnal Teologi Kristen*, 5(2), 113–126. <https://doi.org/10.34307/kamasean.v5i2.322>
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to Depression and Their Effects on the Duration of Depressive Episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(4), 569–582. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.100.4.569>
- Nolen-Hoeksema, S. (2003). The Responses Styles Theory. In *Depressive Rumination: Nature,*

- Theory, and Treatment* (pp. 107–123). John Wiley & Sons.
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking Rumination. *Perspectives on Psychological Science*, 3(5), 400–424. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2008.00088.x>
- Nur Rais, L. (2021). Analisis Bencana Gempa Bumi Dan Mitigasi Bencana Di Daerah Kertasari. *Jurnal Samudra Geografi*, 4(2), 14–19. <https://doi.org/10.33059/jsg.v4i2.3773>
- Nurdianasari, I., Awaluddin, M., & Amarrohman, F. J. (2017). Analisis Deformasi Postseismik Gempa Nias 2005 Menggunakan Data GPS. *Jurnal Geodesi Undip*, 6(4), 381–390.
- Paloutzian, R. F. (2005). Religious Conversion and Spiritual Transformation: A Meaning-System Analysis. In Raymond F. Paloutzian & Crystal L. Park (Eds.), *Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality* (p. 331). The Guilford Press.
- Paloutzian, R. F., & Ellison, C. W. (1982). Loneliness, Spiritual Well-being, and the Quality of Life. In I. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research, and Therapy* (pp. 224–237). Wiley.
- Pals, J. L., & McAdams, D. P. (2004). The Transformed Self: A Narrative Understanding of Posttraumatic Growth. *Psychological Inquiry*, 15(1), 65–69.
- Papageorgiou, C., & Wells, A. (2004). *Depressive Rumination*. John Wiley & Sons.
- Pedhazur, E. J., & Kerlinger, F. N. (1973). *Multiple Regression in Behavioral Research*. Holt, Rinehart and Winston.
- Penfield, R., & Giacobbi, P. (2004). Measurement in Physical Education and Exercise Science Applying a Score Confidence Interval to Aiken 's Item Content-Relevance Index. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 8(4), 213–225. <https://doi.org/10.1207/s15327841mpee0804>
- Peteet, J. R., Balboni, M. J., & D'Ambra, M. N. (2011). Approaching spirituality in clinical practice. *The Soul of Medicine: Spiritual Perspectives and Clinical Practice*, 23–44.
- Prasetio, A., Effendi, M. M., & Dwi M, M. N. (2023). Analisis Gempa Bumi Di Indonesia Dengan Metode Clustering. *Bulletin of Information Technology (BIT)*, 4(3), 338–343. <https://doi.org/10.47065/bit.v4i3.820>
- Putri, I. P. (2016). *The Relationship Between Spiritual Well-being With Depression Levels of the Elderly in Sasana Tresna Werdha Ciracas*. Universitas Indonesia.
- Pyszczynski, T., & Greenberg, J. (1987). Self-Regulatory Perseveration and the Depressive Self-Focusing Style: A Self-Awareness Theory of Reactive Depression. *Psychological Bulletin*, 102(1), 122–138. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.102.1.122>
- Rafliana, I. (2014). Pengurangan Risiko Bencana: Sebuah Restrospeksi Pasca-Tsunami Aceh

2004. *EMPATI: Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*, 3(1), 48–60. <https://doi.org/10.15408/empati.v3i1.9762>
- Rahmat, K. R., & Alawiyah, D. (2020). Konseling Traumatik: Sebuah Strategi Guna Mereduksi Dampak Psikologis Korban Bencana Alam. *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani*, 6(1), 34–44. <https://doi.org/10.47435/mimbar.v6i1.372>
- Raines, A. M., Vidaurri, D. N., Portero, A. K., & Schmidt, N. B. (2017). Associations between rumination and obsessive-compulsive symptom dimensions. *Personality and Individual Differences*, 113, 63–67. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.03.001>
- Rakhmawati, S. M. (2022). Nrimo Ing Pandum dan Etos Kerja Orang Jawa: Tinjauan Sila Ketuhanan yang Mahasa Esa. *Jurnal Pancasila*, 3(1), 7–19.
- Ramos, C., Leal, I., Costa, P. A., Tapadinhas, A. R., & Tedeschi, R. G. (2018). An item-level analysis of the Posttraumatic Stress Disorder checklist and the Posttraumatic Growth Inventory and its associations with challenge to core beliefs and rumination. *Frontiers in Psychology*, 9(DEC), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02346>
- Ravelo, Y., Marrero, H., Alegre de la Rosa, O. M., & Gonzalez-Mendez, R. (2024). Affect and post-traumatic growth in previously bullied students: Intrusive and deliberate rumination as mediators. *Personality and Individual Differences*, 231(October 2023). <https://doi.org/10.1016/j.paid.2024.112822>
- Roche, J. D. (2007). *The Veterans PTSD Handbook - How to File and Collect on -- Roche*, John D. Potomac Books Inc.
- Roffin, M. K., Liberty, I. A., & Pariyana. (2021). *Populasi, Sampel, Variabel dalam Penelitian Kedokteran*. PT. Nasya Expanding Management.
- Ryckman, N. A., & Lambert, A. J. (2015). Unsuccessful suppression is associated with increased neuroticism, intrusive thoughts, and rumination. *Personality and Individual Differences*, 73, 88–91. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.09.029>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (2021). Spirituality and well-being: Theory, science, and the nature connection. *Religions*, 12(11). <https://doi.org/10.3390/rel12110914>
- Saeidi, M., & Khaliliaqdam, S. (2013). The Effect of Socio-affective Strategies on Students' Test Anxiety across Different Genders. *Theory & Practice in Language Studies (TPLS)*, 3(2). *Theory and Practice in Language Studies*, 3(2), 254–262. <https://doi.org/10.4304/tpls.3.2.254-262>

- Salawali, S. H., Susanti, H., Helena, N., Daulima, C., Putri, A. F., & Nursing, F. (2020). Posttraumatic growth in adolescent survivors of earthquake, tsunami, and liquefaction in Palu Indonesia: a phenomenological study. *Pediatric Reports*, *12*(1), 34–38. <https://doi.org/10.4081/pr.2020.8699>
- Sar, V., & Ozturk, E. (2005). What Is Trauma and Dissociation? *Journal of Trauma Practice*, *4*(1), 7–20. <https://doi.org/10.1300/J189v04n01>
- Sattler, D. N., Claramita, M., & Muskavage, B. (2018). Natural Disasters in Indonesia: Relationships Among Posttraumatic Stress, Resource Loss, Depression, Social Support, and Posttraumatic Growth. *Journal of Loss and Trauma*, *23*(5), 351–365. <https://doi.org/10.1080/15325024.2017.1415740>
- Segerstrom, S. C., Stanton, A. L., Alden, L. E., & Shortridge, B. E. (2003). A Multidimensional Structure for Repetitive Thought: What's on Your Mind, and How, and How Much? *Journal of Personality and Social Psychology*, *85*(5), 909–921. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.5.909>
- Shahabi, M., Hasani, J., & Asadpour, M. (2025). Factors Influencing Rumination in Post-traumatic Growth: A Systematic Review and Meta-analysis. *Caspian Journal of Health Research*, *10*(1), 1–20. <https://doi.org/10.32598/CJHR.10.1.1926.1>
- Sinclair, S., Booker, R., & Fung, T. (2016). Factors Associated With Post-Traumatic Growth, Quality of Life, and Spiritual Well-Being in Outpatients Undergoing Bone Marrow Transplantation: A Pilot Study. *Oncology Nursing Forum*, *43*(6), 772–780. <https://doi.org/10.1188/16.ONF.772-780>
- Siregar, S. (2010). *Statistika Deskriptif untuk Penelitian: Dilengkapi Perhitungan Manual dan Aplikasi SPSS Versi 17*. RajaGrafindo Persada.
- Skrzelinska, J., Ferreira, J. A., & Skrzzelinska, J. (2020). Gratitude: the state of art Gratitude: the state of art. *British Journal of Guidance & Counselling*, 1–13. <https://doi.org/10.1080/03069885.2020.1789553>
- Smith, A. (1976). *The Theory of Moral Sentiments* (6th ed.). Clarendon Press.
- Sonis, J., Suvak, M. K., & Schnurr, P. P. (2017). Empirical Study of Trauma: Methodological and Statistical Considerations. In *APA Handbook of Trauma Psychology* (pp. 35–61). American Psychological Association Inc.
- Steinkamp, M. W., & Maehr, M. L. (1983). Affect, Ability, and Science Achievement: A Quantitative Synthesis of Correlational Research. *Review of Educational Research*, *53*(3), 369–396.
- Suarna, N., Anwar, S., & Rahaningsih, N. (2019). Penerapan Algoritma K-Means Untuk

- Pengelompokan Daerah Rawan Bencana di Indonesia. *INTERNAL (Information System Journal)*, 2(1), 31–46.
- Subandi, Achmad, T., Kurniati, H., & Febri, R. (2014). Spirituality, Gratitude, Hope, and Post-traumatic Growth among the Survivors of the 2010 Eruption of Mount Merapi in Java, Indonesia. *Australasian Journal of Disaster and Trauma Studies*, 18(1), 19–26. <https://doi.org/10.5055/jom.2022.0699>
- Sudaryono. (2017). *Metodologi Penelitian*. RajaGrafindo Persada.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Penerbit Alfabeta.
- Suhardi, I. (2022). Perangkat Instrumen Pengembangan Paket Soal Jenis Pilihan Ganda Menggunakan Pengukuran Validitas Konten Formula Aiken's V. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(1), 4158–4170. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/3519>
- Surucu, L., & Maslakci, A. (2020). Validity and Reliability in Quantitative Research. *Business & Management Studies: An International Journal*, 8(3), 2694–2726. <https://doi.org/10.15295/bmij.v8i3.1540> VALIDITY
- Taku, K., Cann, A., Tedeschi, R. G., & Calhoun, G. (2009). Intrusive versus deliberate rumination in posttraumatic growth across US and Japanese samples. *Anxiety, Stress, & Coping: An International Journal*, 22(2), 129–136. <https://doi.org/10.1080/10615800802317841>
- Tedeschi, R. G. (2023). The post-traumatic growth approach to psychological trauma. *World Psychiatry*, 22(2), 328–329. <https://doi.org/10.1002/wps.21093>
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and Transformation: Growing in the Aftermath of Suffering*. Sage Publications.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), 455–471. <https://doi.org/10.1002/jts.2490090305>
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1–18. [https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501\\_01](https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01)
- Tedeschi, R. G., Shakespeare-Finch, J., Taku, K., & Calhoun, L. G. (2018). *Posttraumatic Growth: Theory, Research, and Applications*. Routledge. <https://doi.org/doi.org/10.4324/9781315527451>
- Tomoko, O. (2009). *E-Learning Disaster*. Universitas Indonesia.
- Triantoro, S., & Saputra, N. E. (2009). *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda*. Bumi Aksara.

- Triplett, K. N., Tedeschi, R. G., Cann, A., Calhoun, L. G., & Reeve, C. L. (2012). Posttraumatic growth, meaning in life, and life satisfaction in response to trauma. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 4(4), 400–410. <https://doi.org/10.1037/a0024204>
- Trisilia, M. S., Sugiyanto, C., & Rifa'i, A. (2024). Impact of natural disasters on mental health and welfare: the case of the 2006 Yogyakarta earthquake. *Discover Psychology*, 4(1). <https://doi.org/10.1007/s44202-023-00112-3>
- Trisilia, M. S., Sugiyanto, C., & Setiyawati, D. (2020). The Impact of Disaster on Mental Health: The Case of the 2006 Yogyakarta Earthquake. In *Disasters and Regional Development in Indonesia* (p. 47). Perkumpulan Ilmu Regional Indonesia (IRSA).
- Trivers, R. L. (1971). The Evolution of Reciprocal Altruism. *The Quarterly Review of Biology*, 46(1), 35–57. <https://doi.org/10.1086/406755>
- Tudder, A., Buettner, K., Brelsford, G. M., & Harrisburg, P. S. (2017). Spiritual Well-Being and Gratitude: The Role of Positive Affect and Affect Intensity. *Journal of Psychology and Christianity*, 36(2), 121–130.
- Utomo, M. H., & Minza, W. M. (2018). Perilaku Menolong Relawan Spontan Bencana Alam. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 2(1), 48. <https://doi.org/10.22146/gamajop.31871>
- Walfish, S. (2006). A Review of Statistical Outlier Methods. *Pharmaceutical Technology*, 30(11), 82–86.
- Wang, W., Wu, X., & Tian, Y. (2018). Mediating roles of gratitude and social support in the relation between survivor guilt and posttraumatic stress disorder, posttraumatic growth among adolescents after the Ya'an earthquake. *Frontiers in Psychology*, 9, 2131. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02131>
- Warsini, S., Med, M., West, C., Dip, G., Tt, E., Cert, G., Meth, R., Mills, J., & Med, M. N. (2014). *The Psychosocial Impact of Natural Disasters among Adult Survivors: An Integrative Review*. 420–436. <https://doi.org/10.3109/01612840.2013.875085>
- Watkins, E. R., & Roberts, H. (2020). Reflecting on rumination: Consequences, causes, mechanisms and treatment of rumination. *Behaviour Research and Therapy*, 127(July 2019). <https://doi.org/10.1016/j.brat.2020.103573>
- Watkins, P. C. (2014). *Gratitude and the Good Life: Toward a Psychology of Appreciation*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-94-007-7253-3>
- Watkins, P. C., Woodward, K., Stone, T., & Kolts, R. L. (2003). Gratitude and happiness: Development of a measure of gratitude, and relationships with subjective well-being.

- Social Behavior and Personality*, 31(5), 431–452.  
<https://doi.org/10.2224/sbp.2003.31.5.431>
- Watson, B. Y. J. B., & Rayner, R. (1920). Conditioned Emotional Reactions. *Journal of Experimental Psychology*, 3(i), 163–174. <https://doi.org/10.1037/h0069608>
- Watson, P., & Hamblen, J. (2017). Assisting Individuals and Communities After Natural Disaster and Community Trauma. In *APA Handbook of Trauma Psychology* (pp. 87–97). American Psychological Association Inc.
- Waugh, A., Kiemle, G., & Slade, P. (2018). What aspects of post-traumatic growth are experienced by bereaved parents? A systematic review. *European Journal of Psychotraumatology*, 9(1). <https://doi.org/10.1080/20008198.2018.1506230>
- Wei, X., Huili, J., Yuyang, Z., Linli, Z., & Hong, F. (2019). Intrusive Rumination, Deliberate Rumination, and Posttraumatic Growth Among Adolescents After a Tornado The Role of Social Support. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 207(3), 152–156. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000000926>
- Weiner, B., & Graham, S. (1989). Understanding the motivational role of affect: Lifespan research from an attributional perspective. *Cognition and Emotion*, 3(4), 401–419. <https://doi.org/10.1080/02699938908412714>
- Widhiarso, W. (2010). *Berkenalan dengan Analisis Mediasi : Regresi dengan Melibatkan Variabel Mediator*. Universitas Gadjah Mada.
- Worte, I., Meer, L. T. van der, Kilberg<sup>3</sup>, M. S., & Leeuwen, F. N. van. (2017). 乳鼠心肌提取 HHS Public Access. *Physiology & Behavior*, 176(3), 139–148. <https://doi.org/10.1002/pon.4192.Spirituality>
- Wu, X., Zhou, X., Wu, Y., & An, Y. (2015). The role of rumination in posttraumatic stress disorder and posttraumatic growth among adolescents after the wenchuan earthquake. *Frontiers in Psychology*, 6(September), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01335>
- Xu, W., Feng, C., Tang, W., & Yang, Y. (2022). Rumination, Posttraumatic Stress Disorder Symptoms, and Posttraumatic Growth Among Wenchuan Earthquake Adult Survivors: A Developmental Perspective. *Frontiers in Public Health*, 9(January), 6–8. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.764127>
- Xu, W., Jiang, H., Zhou, Y., Zhou, L., & Fu, H. (2019). Intrusive rumination, deliberate rumination, and posttraumatic growth among adolescents after a tornado: The role of social support. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 207(3), 152–156. <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000000926>

- Xu, Y., Wu, J., Li, Q., Zeng, W., Wu, C., Yang, Y., Chen, Z., & Passarotti, A. M. (2022). The Impact of Intrusive Rumination on College Students ' Creativity During the COVID-19 Pandemic : The Mediating Effect of Post-traumatic Growth and the Moderating Role of Psychological Resilience. *Frontier in Psychology*, *13*, 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.789844>
- Yuliyanti, Y., & Shodiq, S. F. (2024). *The Impact of Religious Practices on the Resilience and Post-Traumatic Growth of Adolescents*. *4*(3), 182–189. <https://doi.org/10.17977/um059v4i32024p182-189>
- Yun, X., Wen, H., & Lyujian, Q. (2021). Effects of Gratitude and Social Support on Post-traumatic Growth of College Students After COVID-19 Epidemic. *Journal of Southwest University Natural Science Edition*, *43*(12), 160–171. <https://doi.org/10.13718/j.cnki.xdzk.2021.12.019>
- Zhang, Y., Lei, S., & Yang, F. (2025). Effects of rumination and post-traumatic growth on health behavior among older patients with coronary heart disease. *Scientific Reports*, *15*(1), 1–11. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-07490-9>
- Zhou, X., & Wu, X. (2015). Personality and Social Psychology Longitudinal relationships between gratitude , deliberate rumination , and posttraumatic growth in adolescents following the Wenchuan earthquake in China. *Scandinavian Journal of Psychology*, *56*, 567–572. <https://doi.org/10.1111/sjop.12237>
- Zhou, X., & Wu, X. (2016). Understanding the roles of gratitude and social support in posttraumatic growth among adolescents after Ya'an earthquake: A longitudinal study. *Personality and Individual Differences*, *101*, 4–8. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.05.033>