Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA
P-ISSN 2615-6571 E-ISSN 2615-6563
DOI: 10.32524/jksp.v9i3.2254

Hubungan antara Gejala Depresi dengan Pengalaman Kehilangan Orang Terdekat pada Mahasiswa Keperawatan: *Scoping Review*

Depressive Symptoms and Bereavement Experience Among Nursing Student: A Scoping Review

[1]Firyal Az-Zahra,[2]Hana Rizmadewi Agustina,[3]Hendrawati
[123] Universitas Padjadjaran, Indonesia
Email : hana.rizmadewi@unpad.ac.id

Submisi: 29 Mei 2025; Penerimaan: 30 Juli 2026; Publikasi: 30 Agustus 2026

Abstrak

Kesehatan mental mahasiswa keperawatan merupakan isu penting yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah pengalaman kehilangan orang terdekat. Kehilangan dapat menimbulkan respons emosional yang kompleks dan berpotensi memicu gejala depresi, terutama pada individu usia dewasa muda yang berada dalam fase perkembangan yang rentan. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara gejala depresi dengan pengalaman kehilangan orang terdekat pada mahasiswa keperawatan melalui pendekatan *scoping review*. Sumber data diperoleh dari basis data Scopus, Ebscohost, dan Wiley dengan rentang publikasi tahun 2016–2025. Proses seleksi artikel mengikuti pedoman PRISMA 2020 yang pada pencarian awal berjumlah 22.846 dan menghasilkan 15 artikel yang relevan untuk dianalisis. Hasil telaah menunjukkan bahwa pengalaman kehilangan memiliki keterkaitan yang signifikan dengan meningkatnya gejala depresi, terutama pada kondisi kehilangan yang mendadak atau traumatis. Faktor-faktor seperti prolonged grief disorder, regulasi emosi, mekanisme koping, serta dukungan sosial berperan dalam memperkuat atau melemahkan hubungan tersebut. Pada mahasiswa keperawatan, risiko depresi menjadi lebih tinggi akibat adanya beban emosional ganda dari pengalaman personal dan paparan klinis terhadap kematian. Kesimpulannya, pengalaman kehilangan merupakan faktor risiko penting terhadap depresi pada mahasiswa keperawatan, sehingga diperlukan intervensi yang komprehensif untuk mendukung kesehatan mental mereka.

Kata kunci : gejala depresi; mahasiswa keperawatan; pengalaman berduka

Abstract

Mental health among nursing students is an important issue influenced by various factors, one of which is the experience of losing a loved one. Loss can trigger complex emotional responses and potentially lead to depressive symptoms, especially among young adults who are in a vulnerable developmental stage. This study aimed to examine the relationship between depressive symptoms and the experience of losing a close person among nursing students using a scoping review approach. Data were obtained from Scopus, Ebscohost, and Wiley databases with a publication range from 2016 to 2026. The article selection process followed the PRISMA 2020 guidelines and resulted in 15 relevant studies for analysis. The findings indicate that loss is significantly associated with increased depressive symptoms, particularly in cases of sudden or traumatic loss. Factors such as prolonged grief disorder, emotion regulation, coping mechanisms, and social support play important roles in influencing this relationship. Among nursing students, the risk of depression is higher due to the dual emotional burden of personal loss and clinical exposure to death. In conclusion, the experience of loss is a significant risk factor for depression among nursing students, highlighting the need for comprehensive interventions to support their mental health.

Keywords: bereavement experience ; depression symptoms ; nursing student

Pendahuluan

Kesehatan mental mahasiswa merupakan isu global yang semakin mendapat perhatian, terutama pada kelompok usia dewasa muda yang berada dalam masa transisi perkembangan dan menghadapi berbagai tuntutan akademik. Salah satu masalah kesehatan mental yang paling umum dialami adalah depresi, yang ditandai dengan perasaan sedih

berkepanjangan, kehilangan minat, gangguan tidur, serta penurunan fungsi dalam kehidupan sehari-hari. Depresi tidak hanya berdampak pada kesejahteraan psikologis individu, tetapi juga berpengaruh terhadap performa akademik, hubungan sosial, dan kualitas hidup mahasiswa secara keseluruhan (World Health Organization, 2022; Zhu, Xu and Xu, 2023).

Mahasiswa keperawatan merupakan kelompok yang memiliki kerentanan lebih tinggi terhadap masalah kesehatan mental dibandingkan mahasiswa pada bidang lain. Hal ini disebabkan oleh kombinasi tuntutan akademik yang kompleks, praktik klinik yang intensif, serta paparan langsung terhadap kondisi pasien, termasuk penderitaan dan kematian. Studi menunjukkan bahwa prevalensi depresi pada mahasiswa keperawatan tergolong tinggi dan berkaitan dengan tekanan akademik serta pengalaman klinik yang menantang(Tang *et al.*, 2022; Zheng, Jiao and Hao, 2022).

Salah satu faktor penting yang dapat memengaruhi kondisi psikologis mahasiswa adalah pengalaman kehilangan orang terdekat. Kehilangan merupakan peristiwa hidup yang signifikan dan dapat menimbulkan respons kedukaan yang kompleks, meliputi aspek emosional, kognitif, sosial, dan spiritual. Proses berduka bersifat individual dan dapat memunculkan berbagai reaksi seperti kesedihan mendalam, perasaan kosong, gangguan tidur, serta kesulitan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari (Janshen and Eisma, 2024). Dalam beberapa kasus, pengalaman kehilangan dapat berkembang menjadi kedukaan berkepanjangan yang berisiko memicu munculnya gejala depresi (Shear, 2022).

Pada mahasiswa keperawatan, pengalaman kehilangan memiliki implikasi yang lebih kompleks karena terjadi bersamaan dengan tuntutan akademik dan profesional. Mahasiswa tidak hanya menghadapi duka secara personal, tetapi juga diharapkan mampu tetap profesional dalam menghadapi pasien dan situasi klinis yang melibatkan kematian (Hamadi *et al.*, 2021). Kondisi ini dapat menciptakan beban emosional ganda *(double burden),* di mana individu harus menyeimbangkan antara peran sebagai seseorang yang berduka dan sebagai calon tenaga kesehatan yang dituntut stabil secara emosional. Paparan terhadap kematian pasien selama praktik klinik telah dilaporkan sebagai salah satu sumber stres emosional yang signifikan pada mahasiswa keperawatan. Kondisi ini dapat menciptakan konflik peran antara aspek personal dan profesional yang berpotensi memperberat beban emosional individu, serta berdampak pada munculnya gejala depresi dan kesiapan praktik klinik.

Meskipun penelitian mengenai depresi pada mahasiswa keperawatan telah banyak dilakukan, sebagian besar studi masih berfokus pada faktor akademik dan lingkungan pendidikan sebagai sumber utama masalah kesehatan mental. Sebaliknya, faktor pengalaman personal seperti kehilangan orang terdekat masih relatif kurang dieksplorasi secara sistematis, terutama dalam konteks interaksinya dengan tuntutan profesional mahasiswa keperawatan. Selain itu, studi yang tersedia menunjukkan heterogenitas yang tinggi dalam desain penelitian, populasi, serta instrumen pengukuran yang digunakan, sehingga hasilnya sulit dibandingkan secara langsung dan belum membentuk sintesis bukti yang utuh. Lebih lanjut, penelitian yang ada juga cenderung bersifat parsial, mengkaji depresi atau pengalaman kehilangan secara terpisah, tanpa mengintegrasikan keduanya dalam kerangka yang komprehensif (Dong *et al.*, 2023; Visier-alfonso *et al.*, 2024).

Kesenjangan ini menunjukkan bahwa belum terdapat pemetaan menyeluruh mengenai bagaimana pengalaman kehilangan berkontribusi terhadap gejala depresi pada mahasiswa keperawatan, termasuk variasi konteks, metode, serta temuan penelitian yang ada. Dalam kondisi seperti ini, pendekatan

systematic review konvensional menjadi kurang optimal, karena metode tersebut umumnya memerlukan pertanyaan penelitian yang sempit, homogenitas desain studi, serta keseragaman *outcome* untuk memungkinkan sintesis kuantitatif. Sebaliknya, *scoping review* lebih sesuai digunakan karena mampu mengakomodasi keragaman jenis bukti, termasuk studi kuantitatif, kualitatif, maupun *mixed-method*, serta memungkinkan eksplorasi konsep, pemetaan tema, dan identifikasi kesenjangan penelitian secara luas. Dengan demikian, *scoping review* tidak hanya merangkum temuan yang ada, tetapi juga memberikan landasan konseptual yang lebih komprehensif untuk pengembangan penelitian lanjutan.

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan suatu pendekatan yang komprehensif untuk memetakan bukti ilmiah yang tersedia terkait hubungan antara gejala depresi dengan pengalaman kehilangan orang terdekat pada mahasiswa keperawatan. *Scoping review* menjadi metode yang digunakan untuk mengidentifikasi, mengeksplorasi, dan merangkum berbagai teuan penelitian secara sistematis, serta mengidentifikasi kesenjangan penelitian yang masih ada.

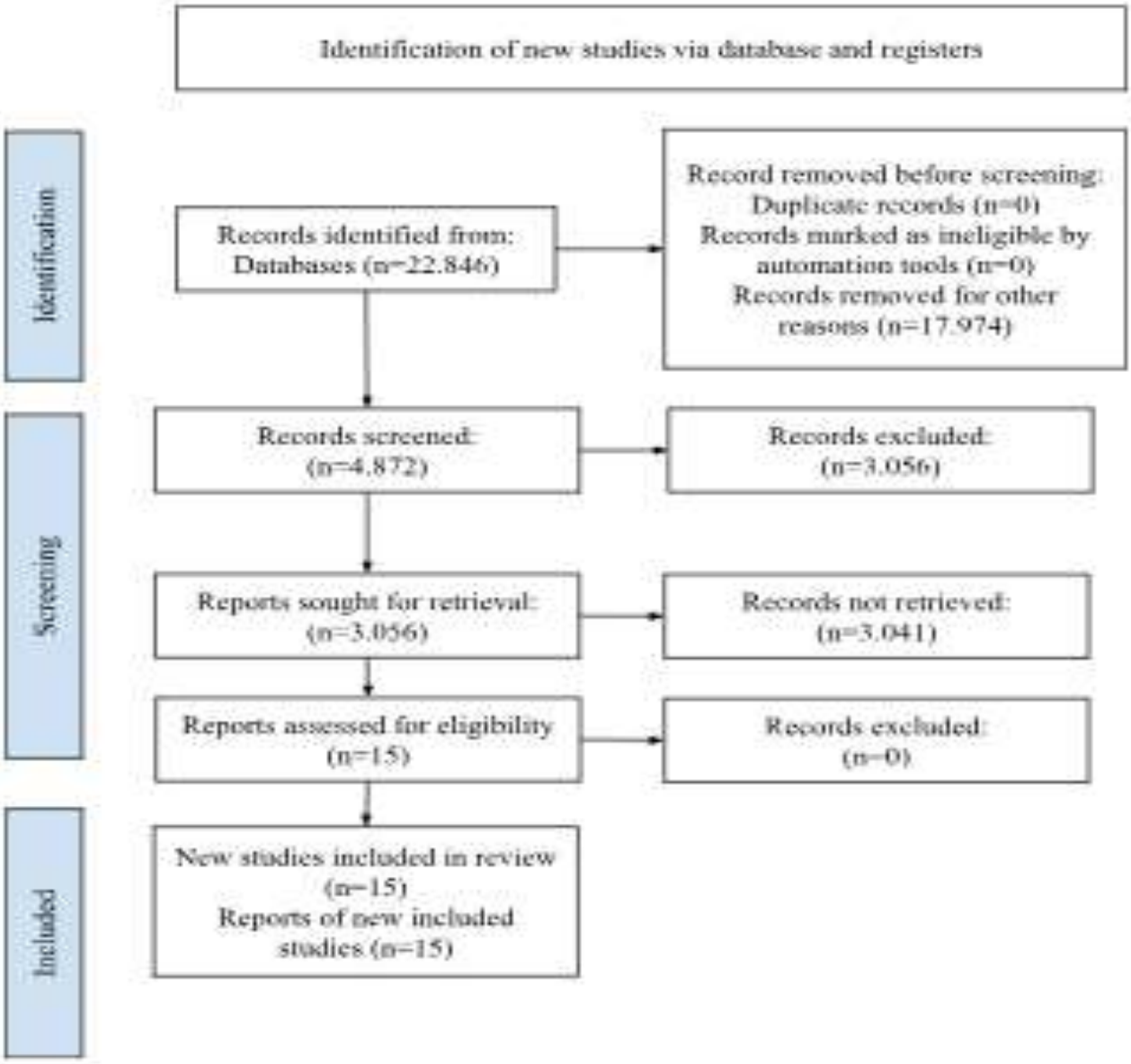
Penelitian ini bertujuan untuk melakukan *scoping review* guna mengkaji hubungan antara gejala depresi dengan pengalaan kehilangan orang terdekat pada mahasiswa keperawatan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaraan yang komprehensif serta menjadi dasar dalam pengembangan intervensi yang mendukung kesehatan mental mahasiswa keperawatan di lingkungan pendidikan.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode *scoping review* dengan tujuan menelaah bukti ilmiah terkait hubungan antara gejala depresi dengan pengalaman kehilangan orang terdekat pada mahasiswa keperawatan. Sumber data yang digunakan adalah artikel dari jurnal ilmiah yang diperoleh melalui basis data Scopus, Ebscohost, dan Wiley. Proses pencarian literatur dilakukan dengan menggunakan kata kunci: *"young adult", "depression symptoms",* dan *"student grief experience"* yang disusun berdasarkan kerangka kerangka *Population, Concept, Context* (PCC). Populasi yang ditinjau adalah dewasa muda yang umumnya merupakan usia mahasiswa keperawatan jenjang sarjana; konsep yang dikaji adalah hubungan antara gejala depresi dengan pengalaman kehilangan orang terdekat; Konteksnya adalah pengalaman berduka mahasiswa keperawatan. Kriteria eksklusi meliputi kematian akibat penyakit kronis, paliatif, dan menjelang ajal, tidak terlibat sebagai keluarga inti atau caregiver utama, serta responden bukan kategori dewasa muda. Eksklusi ini dilakukan karena kematian dalam konteks penyakit kronis atau paliatif umumnya bersifat anticipated loss, yang memungkinkan proses persiapan psikologis *(anticipatory grief)*, sehingga respons emosionalnya berbeda dengan kehilangan mendadak *(unexpected loss)* yang lebih berisiko memicu gejala depresi.

Secara metodologis, pembatasan ini bertujuan mengurangi heterogenitas dan memperoleh gambaran yang lebih spesifik mengenai hubungan kehilangan dengan depresi.Artikel yang dimasukan dalam telaah ini dibatasi pada publikasi berbahasa inggris dengan rentang tahun 2016-2026. Adapun kriteria ekslusi meliputi penyebab kematian disebabkan karena adanya penyakit kronis, paliatif, dan menjelang ajal, tidak terlibat sebagai keluarga inti atau *caregiver* utama pasien, serta responden tidak termasuk kategori lansia maupun ana-anak. Selanjutnya, proses seleksi artikel dilakukan dengan mengikuti alur *Preffered Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA, 2020), yang meliputi: (1) penghapusan artikel duplikat, (2) penyaringan berdasarkan judul dan abstrak, serta (3) penyaringan lanjutan melalui analisis relevansi isi artikel. Proses

ekstraksi data dilakukan dengan engumpulkan informasi kunci yang mencakup nama penulis, negara, desain penelitian, serta teuan utama yang menjawab pertanyaan penelitian.



Gambar 1: Diagram PRISMA

Hasil dan Pembahasan

Proses seleksi artikel dalam telaah ini dimulai dengan mengidentifikasi 3.056 artikel dari basis data elektronik. Proses seleksi berlapis menghasilkan 15 artikel yang akhirnya dimasukkan ke dalam *review*. Jumlah studi yang terbatas mencerminkan penerapan kriteria inklusi yang ketat dan fokus pada studi dengan luaran kesehatan yang terukur, bukan keterbatasan metodologis kajian.

No	Penulis, Tahun, Judul & Lokasi	Tujuan Penelitian	Desain	Sampel	Temuan Utama
1	(Asgari, Naghavi and Abedi, 2021) *Beyond a traumatic loss: The experiences of mourning alone after parental death during COVID-19 pandemic* (Iran)	Mengeksplorasi pengalaman unik kehilangan orang tua selama pandemi COVID-19 di kalangan remaja Iran	Fenomenologi deskriptif	n=15	Kematian orang tua terkait COVID-19 dianggap sebagai pengalaman traumatis bagi remaja yang berduka. Mereka harus menghadapi kehilangan mendadak dengan tingkat stres, kesepian, dan tekanan emosional yang tinggi.
2	(Bağcaz and Kılıç, 2024) *Differential correlates of prolonged grief and depression after bereavement in a population-based sample* (Turki)	Membandingkan faktor-faktor yang berhubungan dengan gejala depresi dan duka mendalam berkepanjangan pada sampel	Survei	n=535	Gangguan duka berkepanjangan (PGD) di Ankara berada pada kisaran menengah secara global, mencerminkan posisi Turki yang juga berada di tingkat menengah dalam prevalensi gangguan mental secara umum.
3	(Buqo, Ward-Ciesielski and Krychiw, 2022) *Do Coping Strategies Differentially Mediate the Relationship Between Emotional Closeness and Complicated Grief and Depression?* (USA)	Menelaah apakah gaya koping tersebut memediasi hubungan antara kedekatan emosional dan duka kompleks (Complicated Grief/CG).	Survei	n=340	Gaya koping pendekatan juga memediasi hubungan antara kedekatan emosional dan duka kompleks (*Complicated Grief/CG*), tetapi tidak dengan depresi. Temuan ini menunjukkan bahwa CG dipengaruhi tidak hanya oleh penghindaran, tetapi juga oleh kecenderungan untuk mendekati dan mengalami emosi kehilangan secara intens.
4	(Ibrahim and Harhara, 2022) *How Internal Medicine Residents Deal with Death and Dying: a Qualitative Study of Transformational Learning and Growth* (Uni Emirat Arab)	Memperoleh pemahaman lebih dalam mengenai pengalaman residen medis dalam merawat pasien menjelang kematian, termasuk peran tingkat pelatihan serta penggunaan jejaring dukungan dan strategi koping dalam mengelola reaksi pribadi terhadap kematian pasien	Kompensasi Resiliensi	n=52	Proses pembelajaran dan perkembangan emosional residen medis dalam menghadapi kematian pasien bersifat dinamis dan berulang.

No	Penulis, Tahun, Judul & Lokasi	Tujuan Penelitian	Desain	Sampel	Temuan Utama
5	(Li, Chan and Marrable, 2024) *"I never told my family I was grieving for my mom": The not-disclosing-grief experiences of parentally bereaved adolescents and young adults in Chinese Families* (China)	Memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang pengalaman berbagi duka di kalangan remaja dan dewasa muda yang kehilangan orang tua di Tiongkok	*Interview*	n=44	Sebagian besar remaja dan dewasa muda yang kehilangan orang tua dalam keluarga Tionghoa tidak membagikan duka mereka kepada anggota keluarga lainnya.
6	(Kasalani, Karami and Dargahi, 2023) *Investigating the mediating influence of distress tolerance on the relationship between existential thinking, sense of coherence, and the severity of mourning among families who lost a loved one to COVID-19: A cross-sectional study.* (Iran)	Menyelidiki peran mediasi dari toleransi terhadap distres dalam hubungan antara pemikiran eksistensial, rasa koherensi, dan tingkat keparahan duka	*Cross-sectional*	n=160	Toleransi terhadap distres berperan sebagai mediator signifikan dalam hubungan antara pemikiran eksistensial dan tingkat keparahan duka pada keluarga korban COVID-19.
7	(Lee *et al.*, 2020) *Persistent Complex Bereavement Disorder Symptoms Predict Grief Interview Emotions* (US)	Memprediksi hasil emosional tersebut di luar pengaruh depresi, stres pascatrauma, dan kecemasan akibat perpisahan sebagai konstruksi diagnostik yang berbeda.	Wawancara	n=69	Gejala gangguan duka kompleks persisten (PCBD) sangat berkorelasi dengan ekspresi dan perasaan duka selama wawancara, mendukung validitas prediktif PCBD.
8	(Baumann *et al.*, 2020) *Prolonged Grief, Post Traumatic Stress, and Depression Among Bereaved Parents: Prevalence and Response to an Intervention Program.* (Jerman)	Menilai gejala psikologis pada orang tua yang berduka dan mengevaluasi respons mereka terhadap program FOR	*Single-arm intervention*	n=323	Terkonfirmasi kerentanan tinggi pada orang tua yang berduka untuk mengalami berbagai masalah kesehatan mental.
9	(Chater *et al.*, 2022) *Reflections on Experiencing Parental Bereavement as a Young Person: A Retrospective Qualitative Study.* (UK)	Memahami pengalaman kehilangan orang tua, bentuk dukungan yang diterima, dan hal-hal yang perlu dipertimbangkan	Kualitatif	n=14	Kehilangan orang tua memunculkan tema-tema seperti isolasi, perjalanan emosional, dampak fisik, pertumbuhan pasca-trauma, dan pengalaman duka ulang (re-grief).

No	Penulis, Tahun, Judul & Lokasi	Tujuan Penelitian	Desain	Sampel	Temuan Utama
10	(Mitima-verloop, Mooren and Kritikou, 2022) *Restricted Mourning: Impact of the COVID-19 Pandemic on Funeral Services, Grief Rituals, and Prolonged Grief Symptoms.* (Belanda)	Mengkaji dampak potensial dari pandemi terhadap aspek ritual pemakaman dan duka, serta menelaah hubungannya dengan gejala PG (Prolonged Grief).	*Cross-sectional*	n=251	Meskipun terdapat dampak negatif dari pembatasan selama pandemi, keterlibatan dalam dan penghargaan terhadap prosesi pemakaman serta ritual duka tetap relatif stabil.
11	(Frumkin *et al.*, 2021) *The pain of grief: Exploring the concept of psychological pain and its relation to complicated grief, depression, and risk for suicide in bereaved adults.* (USA)	Mengeksplorasi fenomena rasa sakit emosional dengan merujuk pada penelitian di luar literatur tentang duka.	Wawancara	n=135	Rasa sakit psikologis sangat berkaitan dengan tingkat keparahan gejala duka kompleks (CG) dan depresi pada individu yang berduka.
12	(Reid *et al.*, 2021) *The past as a resource for the bereaved: nostalgia predicts declines in distress* (USA)	Menelaah hubungan nostalgia disposisional dalam memprediksi penurunan intensitas duka yang terkait dengan kematian orang terkasih.	Studi Longitudinal	n=133	Nostalgia disposisional dapat membantu individu yang berduka dalam mengurangi tekanan emosional akibat kehilangan.
13	(Wagner, Hofmann and Grafiadeli, 2021) *The relationship between guilt, depression, prolonged grief, and posttraumatic stress symptoms after suicide bereavement.* (Jerman)	Mengkaji hubungan antara rasa bersalah dengan gejala depresi, Prolonged Grief Disorder (PGD), dan Posttraumatic Stress Disorder (PTSD) setelah kehilangan akibat bunuh diri,	RCT	n=157	Rasa bersalah sangat berkaitan dengan gejala depresi, gangguan duka berkepanjangan, dan PTSD pada individu yang berduka akibat bunuh diri.
14	(Hardt, Williams and Jobe-Shields, 2022) *The role of experiential avoidance in the relationship between traumatic distress and yearning in sudden and unexpected bereavement.* (USA)	Menelaah peran penghindaran pengalaman *(experiential avoidance)* dalam hubungan antara distres traumatis dan kerinduan (yearning) pada sampel dewasa muda yang mengalami kehilangan mendadak dan tak terduga.	Survei	n=606	Penghindaran pengalaman (experiential avoidance) berperan penting sebagai mediator dalam hubungan antara distres traumatis dan kerinduan pada individu yang mengalami kehilangan mendadak.
15	(Feigelman, Cerel and Sheehan, 2023) *Using Multiple*	Mengidentifikasi elemen korelasional umum yang berkaitan	Survei	n=195	Kesulitan kesehatan mental dan pemikiran bunuh diri yang dialami

No	Penulis, Tahun, Judul & Lokasi	Tujuan Penelitian	Desain	Sampel	Temuan Utama
	Regression Analyses to Uncover Patterns of Correlates of Grief Problems, Depression and Suicidal Ideation Among Suicide Bereaved Individuals (US)	dengan ketiga masalah kesehatan mental tersebut, serta seperangkat korelasi unik yang paling menjelaskan masing-masing kondisi.			sebelum kehilangan karena bunuh diri tidak terkait dengan tingkat keparahan kesulitan duka pada skala sepuluh poin. Namun, kesulitan kesehatan mental yang dialami sebelum kehilangan tersebut berhubungan dengan peningkatan gejala depresi dan pemikiran bunuh diri selama masa berkabung.

Berdasarkan hasil telaah terhadap lima belas artiikel penelitian menunjukkan bahwa pengalaman kehilangan orang terdekat memiliki keterkaitan yang signifikan dengan munculnya gejala depresi, terutama pada populasi usia muda yang berada dalam fase perkembangan emosional yang rentan, termasuk mahasiswa keperawatan. Kehilangan, terutama yang melibatkan orang tua atau anggita keluarga inti, dapat memicu respons emosional yang kompleks seperti kesedihan mendalam, kesepian, dan distress psikologis yang berkepanjangan Pada mahasiswa keperawatan, pengalaman kehilangan personal tidak berdiri sendiri, tetapi berinteraksi dengan paparan berulang terhadap kematian dalam lingkungan klinis. Hasil artikel yang dianalisis, sebagian besar menunjukkan bahwa kehilangan, baik yang bersifat mendadak maupun yang terjadi dalam kondisi tertentu seperti pandemi, dapat memicu distress psikologis yang berujung pada depresi. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa kehilangan orqang tua selama pandemi COVID-19 dikaitkan dengan tingkat stres, kesepian, dan tekanan emosional yang tinggi. Kondisi ini memperkuat bukti bahwa kehilangan yang terjadi secara mendadak meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental, termasuk depresi. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pengalaman berduka, terutama pada usia remaja dan dewasa muda, berhubungan dengan peningkatan risiko depresi akibat ketidakmampuan individu dalam mengelola emosi kehilangan secara adaptif (Johnsen and Tømmeraas, 2022). Dengan demikian, pengalaman kehilangan tidak hanya menjadi peristiwa emosional, tetapi juga factor risiko penting dalam perkembangan depresi.

Selain itu, beberapa tinjauan yang dilakukan menunjukkan bahwa *prolonged grief disorder* (PGD) dan depresi memiliki keterikatan yang erat. Studi oleh Bağcaz & Kılıç (2023) serta Wagner et al. (2021) menemukan bahwa factor-faktor seperti rasa bersalah dan intensitas duka berkorelasi dengan meningkatnya gejala depresi. Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa PGD sering kali menjadi prediktor kuat terhadap depresi, terutama ketika individu mengalami kesulitan dalam proses adaptasi terhadap kehilangan. Studi sebelumnya juga menunjukkan bahwa individu yang mengalami kehilangan akibat peristiwa traumatis, seperti bunuh diri, memiliki risiko lebih tinggi mengalami depresi dibandingkan kehilangan yang bersifat natural (Logan, Krysinska and Andriessen, 2024; Yao *et al.*, 2025). Hal ini menunjukkan bahwa karakteristik kehilangan menjadi factor penting dalam menentukan tingkat keparahan depresi.

Pada konteks mahasiswa keperawatan, pengalaman kehilangan tidak hanya berasal dari kehidupan pribadi,

tetapi juga dari paparan kematian dalam lingkungan pendidikan klinis. Studi oleh Ibrahin & Harhara (2022) menunjukkan bahwa tenaga kesehatan dalam pelatihan mengalami proses emosional yang kompleks saat menghadapi kematian pasien. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa stress psikologis memiliki hubungan langsung dengan peningkatan gejala depresi pada mahasiswa keperawatan, dengan mekanisme mediasi seperti ruminasi dan regulasi emosi. Hal ini relevan dengan mahasiswa keperawatan yang berpotensi mengalami *double burden*, yaitu kehilangan personal dan eksposur professional terhadap kematian, yang dapat memperparah risiko depresi (Zhang *et al.*, 2025). Penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan memiliki tingkat distress psikologis yang lebih tinggi dibandingkan populasi mahasiswa mum, terutama ketika dihadapkan pada pengalaman kematian (Andargeery, 2024). Kombinasi faktor tersebut dapat memperburuk kondisi psikologis dan meningkatkan risiko depresi yang lebih berat.

Temuan dari 15 artikel menunjukkan bahwa kehilangan, terutama yang bersifat mendadak, memicu distress emosional seperti kesedihan mendalam, kesepian, dan tekanan psikologis. Ketika mahasiswa kemudian menghadapi kematian pasien selama praktik klinik, pengalaman tersebut dapat mengaktifkan kembali memori dan emosi duka personal, sehingga menciptakan beban emosional kumulatif (double exposure). Proses ini membuat duka tidak terselesaikan secara optimal dan berpotensi berkembang menjadi respons yang lebih kompleks. Dalam kondisi ini, kemampuan regulasi emosi menjadi faktor kunci. Beberapa studi menunjukkan bahwa individu dengan koping maladaptif, seperti ruminasi dan penghindaran pengalaman, cenderung mengalami intensifikasi distress yang berlanjut menjadi prolonged grief. Selain itu, faktor seperti rasa bersalah, psychological pain, serta rendahnya dukungan sosial semakin memperburuk kondisi psikologis. Seiring waktu, interaksi antara duka yang berkepanjangan, paparan klinis terhadap kematian, dan kegagalan adaptasi emosional tersebut berkontribusi terhadap munculnya gejala depresi.

Dengan demikian, depresi pada mahasiswa keperawatan dapat dipahami sebagai hasil proses bertahap yang melibatkan paparan kehilangan awal, penguatan melalui pengalaman klinis, serta mediasi oleh faktor psikologis dan sosial. Model ini menegaskan bahwa paparan klinis terhadap kematian tidak hanya menjadi stresor tambahan, tetapi juga berperan sebagai pemicu yang memperdalam dan memperpanjang proses duka personal.

Selain faktor internal, mekanisme koping dan regulasi emosi juga berperan penting dalam hubungan antara kehilangan dan depresi. Studi Buqo et al. (2022) menunjukkan bahwa gaya koping tertentu memediasi hubungan antara kedekatan emmosional dan duka kompleks, meskipun tidak secara langsung terhadap depresi(Buqo, Ward-Ciesielski and Krychiw, 2022). Sementara itu, Kasalani et al. (2023) menemukan bahwa toleransi terhadap distress menjadi mediator signifikan dalam keparahan duka (Kasalani, Karami and Dargahi, 2023). Temuan ini konsisten dengan literatur sebelumnya yang menekankan bahwa individu dengan kemampuan regulasi emosi yang rendah lebih rentan mengalami depresi paska kehilangan. Penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa kemampuan regulasi emosi, seperti *cognitive reappraisal*, dapat memediasi hubungan antara stres dan depresi (Zhang *et al.*, 2025). Individu yang cenderung melakukan ruminasi memiliki risiko lebih tinggi mengalami depresi dibandingkan mereka yang mampu mengelola emosi secara adaptif. Selain itu, penelitian lain juga menunjukkan bahwa intervensi berbasis dukungan psikologis, termasuk

intervensi digital, dapat membantu mengurangi gejala depresi pada individu yang mengalami kehilangan (Yao *et al.*, 2025). Hal ini menunjukkan bahwa penguatan mekanisme koping menjadi aspek penting dalam intervensi keperawatan.

Faktor sosial seperti dukungan sosial dan ekspresi emosi turut memengaruhi tingkat depresi. Studi Li et al. (2021) menemukan bahwa banyak individu yang tidak mengungkapkan perasaan duka kepada keluarga, yang berpotensi memperburuk kondisi psikologis (Li *et al.*, 2024). Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa kurangnya dukungan sosial merupakan faktor risiko utama dalam perkembangan depresi pada individu yang berduka (Soetioso and Fithriyah, 2024). Studi lain juga menegaskan bahwa pengalaman kesepian pada individu yang kehilangan orang terdekat berkaitan erat dengan penurunan kesejahteraan psikologis (Shapiro *et al.*, 2024). Selain itu, pada mahasiswa Kesehatan menunjukkan bahwa kurangnya dukungan institusioanl dalam menghadapi pengalaman kehilangan dapat memperburuk distress emosional. Oleh karen itu, dukungan sosial yang adekuat menjadi faktor protektif yang sangat penting.

Temuan lain menunjukkan bahwa aspek kognitif dan emosional seperti rasa sakit psikologis, rasa bersalah, dan nostalgia juga berperan dalam dinamika depresi. Frukin et al. (2020) menunjukkan bahwa psychological pain berkorelasi kuat dengan depresi, sementara Reid et al. (2021) menemukan bahwa nostalgia dapat menjadi faktor protektif dalam menurunkan distress (Frumkin *et al.*, 2021; Reid *et al.*, 2021). Hal ini menunjukkan bahwa respons individu terhadap kehilangan bersifat multidimensional, Dimana beberapa faktor dapat memperburuk maupun melindungi dari depresi.

Secara keseluruhan, hasil kajian ini menegaskan bahwa hubungan antara pengalaman kehilangan dan gejala depresi bersifat multifaktorial dan saling berinteraksi. Faktor individu seperti regulasi emosi, faktor situasional seperti karakteristik kehilangan, mekanisme koping, dukungan sosial, serta kondisi psikologis individu sebelum kehilangan. Pada mahasiswa keperawatan, kerentanan ini menjadi lebih tinggi karena adanya tekanan akademik dan paparan klinis terhadap kematian. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bnahwa pengalaman kehilangan personal dapat memengaruhi respons professional mahasiswa terhadap kematian di masa depan, termasuk munculnya perasaan bersalah dan trauma. Selain itu, pengalaman kehilangan juga dapat membentuk sikap individu terhadap kematian dan memengaruhi kesejahteraan psikologis jangka panjang (Chen *et al.*, 2025). Dengan demikian, diperlukan interveni yang komprehensif dan berbasis bukti untuk mengurangi dampak negative kehilangan terhadap kesehatan mental mahasiswa keperawatan.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil *scoping review* terhadap 15 artikel penelitian, dapat disimpulkan bahwa pengalaman kehilangan orang terdekat memiliki hubungan yang signifikan dengan munculnya gejala depresi, khususnya pada populasi dewasa muda termasuk mahasiswa keperawatan. Kehilangan, terutama yang bersifat mendadak atau traumatis, terbukti meningkatkan risiko distress psikologis yang dapat berkembang menjadi depresi. Hubungan tersebut bersifat multifaktorial, dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti karakteristik kehilangan, mekanisme koping, regulasi emosi, dukungan sosial, serta kondisi psikologis individu sebelum kehilangan. Selain itu, pada mahasiswa keperawatan, risiko ini menjadi lebih tinggi akibat adanya beban ganda berupa pengalaman kehilangan personal dan paparan kematian dalam lingkungan klinik. Temuan ini menegaskan bahwa pengalaman

kehilangan merupakan faktor risiko penting yang perlu diperhatikan dalam upaya menjaga kesehatan mental mahasiswa keperawatan.

Berdasarkan temuan tersebut, institusi pendidikan keperawatan disarankan untuk mengembangkan program dukungan kesehatan mental yang lebih terstruktur dan spesifik. Pertama, pembentukan *peer support group* khusus bagi mahasiswa yang sedang mengalami kehilangan, yang difasilitasi secara berkala oleh dosen atau tenaga profesional. Kedua, integrasi materi *grief management* ke dalam kurikulum keperawatan jiwa maupun praktik klinik, termasuk reflective practice setelah paparan kematian pasien. Ketiga, penyediaan layanan konseling yang bersifat proaktif, seperti skrining rutin kesehatan mental dan sistem rujukan bagi mahasiswa berisiko. Keempat, pelatihan bagi dosen klinik dan preseptor untuk mengenali tanda distress psikologis, sehingga dapat memberikan dukungan awal secara tepat. Dukungan sosial dari lingkungan akademik dan keluarga juga tetap menjadi faktor protektif yang penting.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, pencarian literatur hanya menggunakan tiga basis data *(Scopus, Ebscohost, dan Wiley)*, sehingga memungkinkan adanya studi relevan lain yang tidak teridentifikasi. Kedua, pembatasan pada artikel berbahasa Inggris berpotensi menimbulkan bias bahasa *(language bias)* dan membatasi keberagaman konteks budaya. Ketiga, sebagai *scoping review*, penelitian ini tidak melakukan penilaian kualitas metodologis secara mendalam terhadap setiap studi, sehingga hasil yang diperoleh lebih bersifat pemetaan bukti dibandingkan sintesis kausal. Dengan demikian, penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji hubungan kausal secara lebih mendalam serta mengembangkan intervensi berbasis bukti yang efektif dalam menurunkan gejala depresi akibat pengalaman kehilangan pada mahasiswa keperawatan.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Padjadjaran atas dukungan yang diberikan selama proses penelitian ini. Penulis juga menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada dosen pembimbing atas bimbingan, arahan, dan dukungan yang sangat berarti dalam penyusunan penelitian ini.

Referensi

Andargeery, S.Y. (2024) "The perception and association between depression and academic stress among female undergraduate nursing students : a cross-sectional study," *frontiers in public health*, 12(June), pp. 1–9. Available at: https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1414469.

Asgari, Z., Naghavi, A. and Abedi, M.R. (2021) "Beyond a traumatic loss : The experiences of mourning alone after parental death during COVID-19 pandemic," *Death Studies*, 0(0), pp. 1–6. Available at: https://doi.org/10.1080/07481187.2021.1931984.

Bağcaz, A. and Kılıç, C. (2024) "Differential correlates of prolonged grief and depression after bereavement in a population-based sample," *Journal of Traumatic Stress*, 37(2), pp. 231–242. Available at: https://doi.org/10.1002/jts.22998.

Baumann, I. *et al.* (2020) "Prolonged Grief , Posttraumatic Stress , and Depression Among Bereaved Parents : Prevalence and Response to an Intervention Program." Available at: https://doi.org/10.1177/0030222820918674.

OPEN ACCESS CC BY SA

Buqo, T., Ward-Ciesielski, E.F. and Krychiw, J.K. (2022) "Do Coping Strategies Differentially Mediate the Relationship Between Emotional Closeness and Complicated Grief and Depression?," *Omega (United States)*, 84(4), pp. 985–997. Available at: https://doi.org/10.1177/0030222820923454.

Chater, A.M. *et al.* (2022) "Reflections on Experiencing Parental Bereavement as a Young Person: A Retrospective Qualitative Study," *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4). Available at: https://doi.org/10.3390/ijerph19042083.

Chen, L. *et al.* (2025) "Trajectory patterns and influencing factors of depression due to child bereavement among older adults in China : a 5-year longitudinal study," 2010(May), pp. 1–10. Available at: https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1548256.

Dong, C. *et al.* (2023) "Prospective association between perceived stress and anxiety among nursing college students : the moderating roles of career adaptability and professional commitment," *BMC Psychiatry*, 23(338), pp. 1–10. Available at: https://doi.org/10.1186/s12888-023-04887-6.

Feigelman, W., Cerel, J. and Sheehan, L. (2023) "Using Multiple Regression Analyses to Uncover Patterns of Correlates of Grief Problems , Depression and Suicidal Ideation Among Suicide Bereaved Individuals." Available at: https://doi.org/10.1177/0030222821 1024812.

Frumkin, M.R. *et al.* (2021) "The pain of grief: Exploring the concept of psychological pain and its relation to complicated grief, depression, and risk for suicide in bereaved adults," *Journal of Clinical Psychology*, 77(1), pp. 254–267. Available at: https://doi.org/10.1002/jclp.23024.

Hamadi, H.Y. *et al.* (2021) "Stress and Coping Strategies among Nursing Students in Clinical Practice during COVID-19," *Multidisiplinary Digital Publishing Institute*, 11(August), pp. 629–639. Available at: https://doi.org/10.3390/nursrep11030060.

Hardt, M.M., Williams, J.L. and Jobe-Shields, L. (2022) "The role of experiential avoidance in the relationship between traumatic distress and yearning in sudden and unexpected bereavement," *Journal of Clinical Psychology*, 78(4), pp. 559–569. Available at: https://doi.org/10.1002/jclp.23233.

Ibrahim, H. and Harhara, T. (2022) "How Internal Medicine Residents Deal with Death and Dying: a Qualitative Study of Transformational Learning and Growth," *Journal of General Internal Medicine*, 37(13), pp. 3404–3410. Available at: https://doi.org/10.1007/s11606-022-07441-4.

Janshen, A. and Eisma, M.C. (2024) "Bidirectional associations between prolonged grief symptoms and depressive , anxiety , and posttraumatic stress symptoms : A systematic review," (November 2023), pp. 825–836. Available at: https://doi.org/10.1002/jts.23061.

Johnsen, I. and Tømmeraas, A.M. (2022) "Attachment and grief in young adults after the loss of a close friend : a qualitative study," *BMC Psychology*, pp. 1–10. Available at: https://doi.org/10.1186/s40359-022-00717-8.

Kasalani, S.K., Karami, M. and Dargahi, S. (2023) "Investigating the mediating influence of distress tolerance on the relationship between existential thinking , sense of coherence , and the severity of

OPEN ACCESS CC BY SA

mourning among families who lost a loved one to COVID - 19 : A cross - sectional study," (July), pp. 1–7. Available at: https://doi.org/10.1002/hsr2.1518.

Lee, S.A. *et al.* (2020) "Persistent Complex Bereavement Disorder Symptoms Predict Grief Interview Emotions," pp. 1–14. Available at: https://doi.org/10.1177/0030222820919013.

Li, Y. *et al.* (2024) "' I never told my family I was grieving for my mom ': The not-disclosing-grief experiences of parentally bereaved adolescents and young adults in Chinese families," (July 2021), pp. 379–391. Available at: https://doi.org/10.1111/famp.12865.

Li, Y., Chan, W.C.H. and Marrable, T. (2024) "'I never told my family I was grieving for my mom': The not-disclosing-grief experiences of parentally bereaved adolescents and young adults in Chinese families," *Family Process*, 63(1), pp. 379–391. Available at: https://doi.org/10.1111/famp.12865.

Logan, N., Krysinska, K. and Andriessen, K. (2024) "Impacts of suicide bereavement on men : a systematic review," (April). Available at: https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1372974.

Mitima-verloop, H.B., Mooren, T.T.M. and Kritikou, M.E. (2022) "Restricted Mourning : Impact of the COVID-19 Pandemic on Funeral Services , Grief Rituals , and Prolonged Grief Symptoms," 13(May), pp. 1–8. Available at: https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.878818.

Reid, C.A. *et al.* (2021) "The past as a resource for the bereaved: nostalgia predicts declines in distress," *Cognition and Emotion*, 35(2), pp. 256–268. Available at: https://doi.org/10.1080/02699931.2020.1825339.

Shapiro, J. *et al.* (2024) "Stories of Bereavement : Examining Medical Students ' Re fl ections on Loss and Grief," 0(0), pp. 1–17. Available at: https://doi.org/10.1177/0030222824 1305829.

Shear, M.K. (2022) "Grief and mourning gone awry: pathway and course of complicated grief," 5969. Available at: https://doi.org/10.31887/DCNS.2012.14.2/mshear.

Soetioso, V.B. and Fithriyah, I. (2024) "Loneliness in Bereaved Children and Adolescents," 13, pp. 46–53. Available at: https://doi.org/10.20473/jps.v13.isi1.62655.

Tang, J. *et al.* (2022) "Psychological outcomes and associated factors amongst healthcare workers during a single wave , deeper into the COVID- pandemic in China."

Visier-alfonso, M.E. *et al.* (2024) "Nurse Education Today Stress , mental health , and protective factors in nursing students : An observational study," 139(December 2023). Available at: https://doi.org/10.1016/j.nedt.2024.106258.

Wagner, B., Hofmann, L. and Grafiadeli, R. (2021) "The relationship between guilt , depression , prolonged grief , and posttraumatic stress symptoms after suicide bereavement," (November 2020), pp. 2545–2558. Available at: https://doi.org/10.1002/jclp.23192.

World Health Organization (2022) *Transforming mental health for all*.

Yao, D. *et al.* (2025) "The effectiveness of web-based grief intervention for adults who lost a loved one : A systematic review and meta-analysis."

Zhang, Y. *et al.* (2025) "Psychological stress and depression symptoms in nursing undergraduates : the chain mediating effect of cognitive

OPEN ACCESS

reappraisal and ruminate thinking."
Zheng, Y., Jiao, J.-R. and Hao, W.-N. (2022) "Prevalence of stress among nursing students," 31(March).
Zhu, P., Xu, T. and Xu, H. (2023) "Relationship between Anxiety , Depression and Learning Burnout of Nursing Undergraduates after the COVID-19 Epidemic : The Mediating Role of Academic Self-Efficacy."