

ABSTRAK

Amorrista, Lusia Beta. (2023). Proses penerimaan diri individu dewasa awal dengan riwayat kekerasan emosional dari orang tua. *Skripsi*. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang bertujuan untuk mengetahui gambaran proses penerimaan diri individu dewasa awal dengan riwayat kekerasan emosional dari orang tua. Partisipan dalam penelitian ini merupakan laki-laki dan perempuan yang berusia 20-30 tahun, dengan riwayat pengalaman kekerasan emosional dari orang tuanya. Pengambilan data dilakukan dengan wawancara semi-terstruktur secara tatap muka dan daring (*online*). Metode analisis yang digunakan adalah analisis kualitatif induktif atau analisis isi konvensional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipan dengan riwayat kekerasan emosional dari orang tua melalui proses penerimaan diri dengan bersikap menghindar dan berbalik menyerang dengan menunjukkan kemarahan, yang kemudian berusaha mencari tahu penyebab orang tua melakukan kekerasan. Partisipan lalu melakukan *reframing* atas sikap orang tua, berusaha menerimanya, serta berupaya untuk menghadapi ketakutannya. Partisipan mulai menyadari kondisi mentalnya, dan melakukan berbagai kegiatan untuk menyalurkan perasaannya, sehingga mampu membuka diri dan menemukan pembelajaran positif melalui pengalaman masa lalunya. Semua tahapan tersebut membawa partisipan mampu mencapai penerimaan diri.

Kata kunci: dewasa awal, orang tua, kekerasan emosional, proses penerimaan diri

ABSTRACT

Amorrista, Lusia Beta. (2023). The process of self-acceptance among early adult individuals with a history of emotional abuse from their parents. *Thesis*. Yogyakarta: Psychology, Psychology, Sanata Dharma University.

This research is a qualitative research that aims to describe the process of self-acceptance in early adulthood individuals with a history of emotional abuse from their parents. Participants in this study were men and women aged 20-30 years, with a history of emotional abuse from their parents. Data collection was carried out using semi-structured face-to-face and online interviews. The analytical method used is inductive qualitative analysis or conventional content analysis. The results showed that participants with a history of emotional abuse from their parents went through a process of self-acceptance by avoiding and turning to attack by showing anger, then tried to find out why their parents committed violence. Participants then reframing their parents' attitudes, try to accept, and try to face their fears. Participants begin to be aware of their mental state, and carry out various activities to channel their feelings, so they are able to open up and find positive learning through their past experiences. All of these stages lead participants to achieve self-acceptance.

Keywords: *early adulthood, parents, emotional abuse, the process of self-acceptance*