

**JEJAK LANGKAH MASA LALU: GAMBARAN *FEAR OF INTIMACY*
PADA *EMERGING ADULT* DENGAN ORANG TUA BERCERAI**

Cleo Frera Sirait

Sirait, C. F., (2026). Jejak Langkah Masa Lalu: Gambaran *Fear of Intimacy* pada *Emerging Adult* dengan Orang Tua Bercerai. Skripsi. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi gambaran *fear of intimacy* pada *emerging adult* dengan pengalaman perceraian orang tua serta bagaimana individu memaknai keintiman setelah pengalaman tersebut. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan analisis tematik reflektif. Partisipan adalah *emerging adult* dengan pengalaman perceraian orang tua. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan dianalisis untuk menemukan tema utama. Hasil penelitian menunjukkan empat tema utama, yaitu: (1) *Makna Relasi yang Terbentuk dari Pengalaman keluarga*, di mana relasi dipandang tidak stabil dan berisiko; (2) *Ambivalensi Relasional: antara Kebutuhan Kedekatan dan Ketakutan akan Kekecewaan*, yaitu keinginan untuk dekat namun disertai ketakutan akan penolakan dan kehilangan; (3) *Strategi Protektif dalam Mengelola Kedekatan dan Keterbukaan Emosional* melalui selektivitas dan proses bertahap; serta (4) *Rekonstruksi Makna Relasi: Intimasi yang Aman, Seimbang, dan Adaptif*, yaitu pemaknaan ulang intimasi sebagai hubungan yang aman, seimbang, dan suportif. Temuan ini menunjukkan *fear of intimacy* terbentuk melalui interaksi pengalaman keluarga awal, konflik emosional dalam relasi, serta strategi adaptif dalam mengelola kedekatan, sekaligus disertai kemampuan individu merekonstruksi makna relasi ke arah yang lebih sehat.

Kata Kunci: ketakutan akan intimasi, dewasa awal, perceraian orang tua, analisis tematik reflektif

TRACING THE PAST: AN EXPLORATION OF FEAR OF INTIMACY IN EMERGING ADULT WITH DIVORCED PARENTS

Cleo Frera Sirait

Sirait, C. F., (2026). Tracing the Past: An Exploration of Fear of Intimacy in Emerging Adult with Divorced Parents. Skripsi. Yogyakarta: Psychology, Faculty of Psychology, Sanata Dharma University.

ABSTRACT

This study aims to explore the nature of fear of intimacy among emerging adult (early adulthood) with parental divorce experiences. This study employs a qualitative approach using reflexive thematic analysis. Four participants were selected through purposive sampling, with the criteria of being aged 18–25, having experienced parental divorce before the age of 18, and having experience in romantic relationships. The findings reveal four main themes: (1) relationship meaning shaped by family experiences, where relationships are perceived as unstable and risky; (2) relational ambivalence: between the need for closeness and fear of disappointment, characterized by a desire for emotional intimacy accompanied by fear of rejection and loss; (3) protective strategies in managing emotional closeness and self-disclosure, reflected in selective and gradual openness; and (4) reconstruction of relational meaning: safe, balanced, and adaptive intimacy, in which intimacy is redefined as a relationship that is secure, balanced, and supportive. These findings indicate that fear of intimacy is formed through the interaction of early family experiences, emotional conflict within intimate relationships, and adaptive strategies in managing closeness, along with individuals' capacity to reconstruct more adaptive meanings of intimacy over time.

Keywords: *fear of intimacy, emerging adult, parental divorce, reflexive thematic analysis*