

ABSTRAK

Chazara, Clementine C. 2026. Resiliensi Individu Dewasa Awal Dengan Pengalaman Perceraian Orang Tua. *Skripsi*. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma.

Perceraian orang tua merupakan peristiwa yang dapat membawa dampak psikologis jangka panjang bagi anak, mulai dari gangguan regulasi emosi, penurunan kepercayaan diri, hingga kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat. Dampak tersebut tidak selalu hilang seiring bertambahnya usia, melainkan dapat terbawa hingga masa dewasa dan mempengaruhi kualitas hidup secara keseluruhan. Di tengah kondisi tersebut, resiliensi menjadi kapasitas penting yang memungkinkan individu untuk tidak sekedar bertahan, namun juga beradaptasi dan berkembang secara positif. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan resiliensi individu dewasa awal yang orang tuanya bercerai pada masa kanak-kanak tengah (usia 6-12 tahun). Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan induktif. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah lima orang yang berusia 20-34 tahun. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara semi-terstruktur. Data yang sudah terkumpul kemudian dianalisis menggunakan analisis tematik induktif. Hasil penelitian menyatakan terdapat empat tema utama: 1) transformasi *coping* dari bertahan menuju adaptasi positif, 2) negosiasi diri dari rasa bersalah yang terinternalisasi menuju ketangguhan batin, 3) sandaran pemulihan melalui kekuatan di luar diri, dan 4) rekonstruksi identitas dan komitmen masa depan. Temuan penelitian menunjukkan bahwa individu dewasa awal yang mengalami perceraian orang tua di masa kecil akhirnya mampu bertahan, beradaptasi, bahkan berkembang menjadi pribadi yang lebih matang dan memiliki orientasi masa depan yang positif.

Kata kunci: resiliensi, perceraian orang tua, dewasa awal, kanak-kanak tengah

ABSTRACT

Chazara, Clementine C. 2026. Resilience In Early Adults With Parental Divorce Experience. *Undergraduate Thesis*. Yogyakarta: Psychology, Faculty of Psychology, Universitas Sanata Dharma.

Parental divorce is an event that can bring long-term psychological impacts on children, ranging from emotional regulation difficulties, decreased self-confidence, to challenges in building healthy interpersonal relationships. These impacts do not always diminish with age; rather, they may persist into adulthood and affect overall quality of life. Amid these conditions, resilience becomes a crucial capacity that enables individuals not merely to survive, but to adapt and grow positively. This study aims to examine the resilience of young adults whose parents divorced during middle childhood (ages 6–12). This study employed a qualitative approach with an inductive design. Participants consisted of five individuals aged 20–34 years. Data were collected through semi-structured interviews and analyzed using inductive thematic analysis. The results identified four main themes: (1) the transformation of coping from surviving to positive adaption, (2) self-negotiation from internalized guilt to inner resilience, (3) recovery anchors through strength beyond the self, and (4) identity reconstruction and future commitment. The findings suggest that young adults who experienced parental divorce in childhood are ultimately capable of surviving, adapting, and even growing into more mature individuals with a positive orientation toward the future.

Keywords: *resilience, parental divorce, young adulthood, middle childhood*